قیمت فی شمارہ 30 روپے

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

48

ماہنامہ عبقری ® لاہور

جون 2010 بمطابق جمادی الثانی 1431 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

* ادھر بددعا نکلی، ادھر انگلی کٹی
* وہ گدھے تھے یا جنات
* قبر کھودی تو خوشبو ہی خوشبو
* مٹر بتائے فائدے ہی فائدے
* ہیپا ٹائٹس کا آزمودہ علاج
* گرتے بالوں کا مجرب نسخہ
* مہندی حسن بھی، صحت بھی
* گولیوں کی بچھاڑ میں غیبی مدد
* قرآن کی قسم اٹھانے کا انجام
* پرسکون نیند کا راز پاؤں میں
* جونکیں لگوائیں بیماریوں سے نجات پائیں
* درود پڑھیے مشکلات سے بچیے
* ایمان اور جان کی حفاظت کیلئے
* امتحان میں یقینی کامیابی کیلئے
* چندٹکوں سے بیماریوں کا علاج
* جنات آپ کے تابع ہوں گے
* بغیر دوائی جوڑوں کے درد کا علاج
* اعمال حادثات سے کیسے بچاتے ہیں
* حسن کی دنیا میں نیا انقلاب
* آم درجنوں بیماریوں کا علاج
* موسم برسات کی احتیاطیں اور تندرستی
* مخدوم جلال الدین بخاری رحمتہ اللہ علیہ کے وظائف

اس کے علاوہ طبی تحقیق، جڑی بوٹیوں کے کمالات، بیوٹی ٹپس، روحانی وظائف، گھریلو آزمودہ ٹوٹکے اور وہ سب کچھ جو آپ چاہتے ہیں۔

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 12 جلد نمبر 4 جون 2010ء بمطابق جمادی الثانی 1431 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور جون 2010

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

کیا عبقری بددیانت اور بے ایمان ہوگیا؟

قارئین کو بار بار رسالہ بھیجنے کے باوجود رسالہ نہ ملنے کی مسلسل شکایات، گالیاں، بددیانتی، بے ایمانی اور طرح طرح کے لگائے گئے گھٹیا الزامات کے پیش نظر قارئین ادارہ کو ادا کی ہوئی رقم واپس لے سکتے ہیں۔ آئندہ ادارہ عبقری اپنے ممبر کو فقط ایک مرتبہ رسالہ روانہ کرے گا۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں اپنے ڈاکخانہ سے رابطہ فرمائیں یا اپنے شہر کی نیوز ایجنسی یا قریبی بک سٹال سے قیمتاً رسالہ خرید فرمائیں۔

ادویات کی ایجنسی کے خواہشمند متوجہ ہوں

''عبقری'' کی آزمودہ اور پرتاثیر ادویات معیار اور اعتماد میں اپنی مثال آپ ہیں جو کہ خالص اور قیمتی اجزاء کے ساتھ نہایت محنت اور ذمہ داری کیساتھ کم مقدار میں تیار کی جاتی ہیں۔ قارئین کے پرجوش اصرار پر کہ ''عبقری'' کی ادویات وکتب کی ایجنسی ہر شہر میں ہوتا کہ خریدنے میں آسانی ہو۔ اس لئے ادویات وکتب کی ایجنسی کے خواہشمند ''عبقری'' کے فون نمبرز پر رابطہ فرمائیں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 0322-4688313-042-37552384 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔ روزانہ صرف 30 لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیں کیلئے ہے۔

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے

فہرست مضامین

صفحہ نمبر	عنوان
2	مومن کی برکات، حال دل
3	درس روحانیت وامن
4	جب ریاکار عبادت گزار بنے
5	چھٹیوں میں تربیت کا شاندار نظام
6	قرآن کی قسم اٹھانے کا انجام
7	کامیابی آپ کے قدم چومے گی
8	موسم برسات کی احتیاطیں اور تندرستی
9	مرادیں ضرور پوری ہوتی ہیں
10	مخدوم جلال الدین بخاری کے وظائف
11	آم درجنوں بیماریوں کا علاج
12	طبی مشورے
14	حسن کی دنیا میں نیا انقلاب
15	اعمال حادثات سے کیسے بچاتے ہیں؟
16	سدا جوان رہنے کا راز
17	مسواک سے لاعلاج بیماریوں کا خاتمہ
18	بڑھاپے کی قدردانی کا نقد انعام
19	جنات آپ کے تابع ہوں گے
20	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج
22	چندلفظوں سے بیماریوں کا علاج
23	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل
24	نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج
25	ایمان اور جان کی حفاظت کیلئے
26	ایک بکری کا انوکھا بدلہ
27	وہ گدھے تھے یا جنات
28	ادھر بددعا نکلی ادھر انگلی کٹ گئی
29	قارئین کے سوال قارئین کے جواب
30	آپ کا خواب اور تعبیر
31	قبر کھودی تو خوشبو ہی خوشبو
32	خواتین پوچھتی ہیں؟
33	مٹر بتائے فائدے ہی فائدے
34	قارئین کی خصوصی تحریریں
36	مہندی حسن بھی صحت بھی
37	گولیوں کی بوچھاڑ میں غیبی مدد
38	چہل قدمی کے بارے میں نیا تصور
39	جنات کا پیدائشی دوست
40	معصوم جانور کے انوکھے مشاہدات
41	مشکلات نے خودکشی تک نوبت پہنچائی
42	پرسکون نیند کا راز پاؤں میں
43	عادت کا قوت ارادی پر اثر
44	جونکیں لگوائیں بیماریوں سے نجات پائیں
45	درود پڑھیے، مشکلات سے بچیے
46	ان خواہشوں میں ہوتے ہیں اکثر فریب
47	مایوس لاعلاج مریضوں کیلئے آزمودہ ادویات

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

خط وکتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

Website:www.ubqari.org E-mail:ubqari@hotmail.com 0322-4688313 042-37552384

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز 19 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

مومن کی برکات

حضرت میمونہ بنت حارث رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ ایک سال قحط پڑا تو دیہاتی لوگ مدینہ منورہ آنے لگے۔ حضور اکرم ﷺ کے فرمانے پر ہر صحابی ان میں سے ایک آدمی کا ہاتھ پکڑ کر لے جاتا اور اسے اپنا مہمان بنالیتا اور اسے رات کا کھانا کھلاتا۔

چنانچہ ایک رات ایک دیہاتی آیا (اسے حضور اکرم ﷺ اپنے ہاں لے آئے) حضور ﷺ کے پاس تھوڑا سا کھانا اور کچھ دودھ تھا وہ دیہاتی یہ سب کچھ کھا پی گیا اور اس نے حضور اکرم ﷺ کیلئے کچھ نہ چھوڑا۔ حضور اکرم ﷺ ایک یا دو راتیں اور اس کو ساتھ لاتے رہے اور وہ ہر روز سب کچھ کھا جاتا، اس پر میں نے عرض کیا اے اللہ! اس دیہاتی میں برکت نہ کر کیونکہ یہ حضور ﷺ کا سارا کھانا کھا جاتا ہے اور حضور اکرم ﷺ کیلئے کچھ نہیں چھوڑتا' پھر وہ مسلمان ہوگیا اور اسے پھر حضور اکرم ﷺ ایک رات ساتھ لے کر آئے اس رات اس نے تھوڑا سا کھانا کھایا۔ میں نے حضور اکرم ﷺ سے عرض کیا یہ وہی آدمی ہے؟ (جو پہلے سارا کھانا کھالیا کرتا تھا) حضور اکرم ﷺ نے فرمایا (ہاں یہ وہی ہے لیکن پہلے کافر تھا اور اب مسلمان ہوگیا ہے) کافر سات آنتوں میں کھاتا ہے اور مؤمن ایک آنت میں کھاتا ہے۔ (حیاۃ الصحابہ)

جو میں نے دیکھا سنا اور سوچا

حال دل

ایڈیٹر کے قلم سے

آفتاب کپور صاحب خود بھی عمر رسیدہ ہیں وہ اپنی اہلیہ کے ساتھ 1973ء سے مسلسل حج پر آرہے ہیں میری ان سے ملاقات ہوئی تو دوران ملاقات انہوں نے ایک انوکھے روز سے پردہ اٹھایا' کہنے لگے ہوا یہ کہ جب میں پہلی دفعہ حج پر آیا تو میری اہلیہ کو پیٹ اور پہلو میں سخت درد اٹھا' میں فوراً اہلیہ کو ہسپتال لے گیا حج میں صرف تین دن باقی تھے اور تین دن کے بعد حج کیلئے احرام باندھنا تھا اب مکہ مکرمہ کے سب ڈاکٹروں نے مشورہ دیا کہ اہلیہ کا آپریشن ضروری ہے اور آپریشن کیلئے کم از کم اس دور میں 3،4 ہفتے ریسٹ ضروری ہوتا تھا میری کوشش تھی کہ کسی طرح وقتی علاج ہوجائے اور ہم حج کے پانچ دن گزار لیں لیکن ایسا بظاہر ناممکن نظر آرہا تھا۔ ڈاکٹر کہنے لگے کہ اگر اپینڈس پھٹ گیا تو موت واقع ہوسکتی ہے میں ان کی بات سن کر روتے ہوئے حرم کی طرف چل پڑا میں نے جا کر طواف کیا اور خوب رو کر دعا کی اور اللہ سے عرض کیا اے اللہ! میں ایک بکرا آج ہی لیکر صدقہ کرتا ہوں تو میری بیوی کو صحت یاب کردے اور ہمیں بخیر وعافیت حج کروا اور بار بار کروا ب میں رو رہا تھا اور طواف کررہا تھا۔ طواف مکمل کرنے کے بعد میں نے نفل پڑھے۔ پھر میں زمزم پیتے ہوئے بھی یہی دعا کررہا تھا۔ چند گھنٹوں کے بعد پھر ہسپتال گیا' میں نے بیوی کی طبیعت کو بہت بہتر پایا' میں نے بکرا صدقہ کردیا۔ صبح تک میری بیوی وقتی علاج سے اس قابل ہوگئی کہ کرسی پر حج کا احرام باندھ لے۔ حج کے بعد کچھ اور علاج کیا تو ڈاکٹروں کا مشورہ ہوا کہ اب آپریشن نہ بھی کیا جائے تو مریضہ ٹھیک ہوسکتی ہے۔ آفتاب صاحب کہنے لگے بس دعا صدقہ اور رونا اللہ کو ایسا پسند آیا کہ 73ء سے 2010ء ہر سال حج پر حاضری ہورہی ہے۔ قارئین! واقعی صدقہ اور دعا کی طاقت ایک انوکھا راز ہے۔ جو کرے گا سو پائے گا۔

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا راہ گزر رہتا ہے

درس روحانیت وامن ہر شب جمعہ (جمعرات کی شام) مرکز روحانیت وامن میں منعقد ہوتا ہے جس میں مرد وخواتین کا علیحدہ علیحدہ باپردہ انتظام ہوتا ہے۔ اپنی روحانی وجسمانی ترقی کیلئے عزیز واقارب اور دوست احباب کی شرکت کو یقینی بنا کر صدقہ جاریہ کا حصہ بنیں

اہل اللہ کا عمل

آج میں آپ کی خدمت میں ایک عجیب عمل پیش کرتا ہوں۔ اہل اللہ کا یہ معمول رہا ہے کہ کھانا کھانے کے دوران سورۃ فاتحہ اس نیت سے پڑھتے کہ یہ کھانا ہمارے لیے روحانی اور جسمانی شفاء کا مظہر بنے۔ یکی بات ہے بن جائیگا اس کی ترتیب یہی ہے یہ کلمات اسی ترتیب سے دل ہی دل میں پڑھیں پھر دیکھیں کھانا نور بنتا ہے کہ نہیں۔ سارا قرآن کہتا ہے سورۂ فاتحہ شفاء ہے۔ سرور کونین ﷺ کی زبان مبارک بار بار فرما رہی ہے کہ سورۂ فاتحہ شفاء ہے اور دل کے لئے بھی شفاء ہے۔ سرور کونین ﷺ کے زمانے کی برکات، صحابہ کرامؓ کے ایمان کی طاقت، اعمال کی طاقت، یقین کی طاقت کا یہ عالم ہوتا تھا کہ مرگی والے کو 7 دفعہ سورہ فاتحہ پڑھ کر اگر دم کر دیتے تھے اس کی مرگی ہمیشہ کیلئے دور ہو جاتی تھی۔ آج مرگی والے کیلئے 7 سال کا علاج ہے۔

مومن کی زندگی قیمتی ہے

میرے دوستو! مومن کی زندگی غفلت کی زندگی نہیں ہے، مومن کی زندگی کا ایک ایک لمحہ، ایک ایک گھڑی اعمال سے مصروف ہے، اللہ جل شانہ کی محبت سے مصروف ہے اور سرور کونین کے بتائے ہوئے طریقے اعمال اور بتائی ہوئی سنتیں اور قدم قدم پہ جو اعمال ہمیں مل رہے۔ اس کے لئے مومن کی زندگی مصروف ہے ہم بیت الخلا میں بھی اپنی مرضی نہیں کرینگے۔ وہاں بھی ہم آقا سرور کونین ﷺ کی مرضی کریں گے سرور کونین ﷺ کے بتائے ہوئے طریقوں پر عمل کر کے ہمارا ہر ایک لمحہ قیمتی بنتا جائے گا۔ اللہ کے ہاں اس ایک لمحے کی قیمت ہوگی۔

جواہرات سے بھی قیمتی عمل

بازار کی زندگی میسر ہے دنیا کی بدترین جگہ ہے لیکن بازار میں جا کر اگر ہم نے اپنے بازار کے میسر لمحوں کو، دفتر کے لمحوں کو، دکان اور زمینداری کے لمحوں کو مئوثر بنانا ہے تو ہمیں نبویؐ طریقوں کو اپنانا پڑے گا تو یہ لمحات ہمارے لیے ذخیرہ بن جائیں گے۔ کہنے لگے بازار میں جاؤ اور جا کر اپنے لئے آخری وقت میں کلمہ نصیب ہونا طے کرالو۔ بازار میں کلمہ نصیب ہو جائے یہ کیسے ممکن ہے؟ فرمایا بازار میں جاؤ اور نظروں کی حفاظت کرو اور نظروں کی حفاظت پر جو سب سے پہلا اللہ جل شانہ مومن کو جو عنایت فرماتے ہیں وہ یہ ہے کہ آخری وقت میں کلمہ نصیب ہوگا۔ میں آج بھی دوستوں سے عرض کر رہا تھا یاد رکھنا جو نماز میں نظروں کی حفاظت کرے گا اسے نماز کے باہر نظروں کی حفاظت کی توفیق ملے گی اور جو نماز سے باہر نظروں کی حفاظت کرے گا اس کی کبھی تہجد قضاء نہیں ہوگی۔ ایک بزرگ تھے ایسے ہی اوپر دیکھا ایک غیر محرم پر نظر پڑی فرمانے لگے میری چھ ماہ کیلئے تہجد کی توفیق چھن گئی۔ بڑوں کے ساتھ معاملے بھی بڑے ہوتے ہیں۔ میرے دوستو! بازار میں جا کر ہم آزاد نہیں ہیں حتیٰ کہ ہم ان لمحوں میں بھی آزاد نہیں ہیں جو ہمیں اپنی زوجہ کے ساتھ خلوت کیلئے میسر ہیں، اگر ہم نے ان لمحات کو بھی میسر بنانا ہے تو آقا سرور کونین ﷺ کا ان لمحات میں کیا عمل رہا ہے ہمیں اپنانا پڑے گا۔

اپنے لمحات کو قیمتی بنائیں

اب دیکھیں غفلت کی زندگی گزر گئی، آج کا دن گزر گیا، شام ہوگئی آج کا جمعہ پھر نہیں آئے گا آئندہ جمعہ تو آ سکتا ہے آج کا دن پھر نہیں آئے گا جس کے اندر یہ فکر ہے اور یہ غم ہے یہ کڑھن ہے اور یہ درد ہے میرے دوستو وہ آج کے دن کو ضائع نہیں کرے گا میں نے دوستوں سے عرض کیا تھا کہ آج کے دن کو اگر ضائع کر دیا تو اس کا نقصان کیا ہوگا؟ اس کا نقصان یہ ہوگا کہ یہ نفس جو ہے یہ بڑی ادھار کرتا ہے اور ادھار کا بڑا ماہر ہے، یہ ادھار کراتے کراتے آدمی کو کہاں سے کہاں لے جاتا ہے، کبھی نفس سے ادھار نہ کرو، اس کی قضاء ضرور پوری کرو پہلے تو قضاء نہ ہو اور اگر قضاء ہوگئی ہے تو اس کو ادھار نہ کرنا، نفس چھوٹی چیز دیتا ہے بڑی چیز لیتا ہے بقول ایک دانا آدمی الائچی دیتا ہے اور ڈاچی لیتا ہے، اس کا سود بڑھتے بڑھتے اونٹنی جتنا ہو جاتا ہے۔ اس کے نرغے میں نہ آنا، اگر ایک نماز اگر چھوٹی ہے اس کو پڑھو یہ کڑھن ہو ہماری نماز قضاء کیوں ہوئی؟ اگر قضاء ہو بھی گئی تو اس پر استغفار ہو۔ میرے دوستو! اس کی قضاء فوراً پوری کرو۔ اس لئے کہا ہے کہ یہ نفس مومن سے پہلے فرض نماز نہیں چھڑاتا، پہلے مستحبات، نوافل پھر غیر موکدہ سنتیں، پھر موکدہ سنتیں پھر واجبات اور پھر یہ فرضوں پر آ جاتا ہے۔ اس لئے فرمایا جو آدمی سفر میں ہو، سفر میں سنتیں چھوڑ سکتا ہے لیکن بعض فقہاء نے عجیب بات بیان فرمائی ہے فرمایا کہ یہ فرصت کی بات ہے اور ایک عزیمت بھی ہے کہ آدمی وہ سنتیں نہ چھوڑے کیونکہ نفس پھر تھوڑے کا عادی بن جائے گا پھر یہ بہت جلد بری عادتوں کی طرف انسان کو لیجاتا ہے۔

ایک دوست تھے وہ سفر پر گئے اندرون سندھ کا سفر تھا یہاں آئے مجھ سے کہنے لگے کہ قصر نماز (دو رکعت) پڑھنی ہے۔ میں نے کہا نہیں بھئی ہم تو اپنے گھر پہنچ گئے ہیں اب ہم مقیم ہیں ہم مسافر تو نہیں۔ اس نے نماز تو پڑھ لی۔ فرض پڑھ کر سنت مئوکدہ نہ پڑھیں، میں نے کہا آپ بیٹھ گئے کہنے لگے ذرا سستی ہوگئی تھی۔ کہنے لگے وہاں دو رکعت پڑھی تھیں اس پر خیال آیا کہ سنت بعد میں پڑھ لیں گے۔ اتنا جلدی اندر والا (نفس) جو ہے وہ بگڑ جاتا ہے۔ حضرت گنگوہی عشاء کی نماز کے بعد کے دو نفل کھڑے ہو کر پڑھتے تھے اور حضرت نانوتوی بیٹھ کر پڑھتے تھے۔ حضرت گنگوہی فرماتے ہیں میں اس لئے کھڑے ہو کر پڑھتا ہوں کہ کھڑے ہونے میں ثواب زیادہ ہے۔ حضرت نانوتوی فرماتے ہیں بیٹھ کے پڑھنا سنت ہے ایک طرف ثواب ہے ایک طرف سنت ہے تو اس ادا میں بھی اخلاص ہے اگر کوئی سنتیں چھوڑ رہا ہو سفر کی وجہ سے اور اس کے اندر اخلاص ہے تو اس اخلاص کا معاملہ اللہ کے ساتھ ہے۔ **(جاری ہے)**

محفل درس سے پانے والے

السلام علیکم ورحمتہ اللہ وبرکاتہٗ بعد از سلام اللہ کے حضور ڈھیروں دعائیں عبقری اور ان کے تمام معاونین کیلئے خصوصاً ایڈیٹر صاحب کیلئے۔ چند ماہ سے میں مستقل ہر درس میں شریک ہوتا ہوں۔ اللہ تعالیٰ نے اس محفل درس کی برکت سے میرے ڈھیروں مسائل حل فرما دیئے ہیں۔ میں ایک ملازم پیشہ آدمی ہوں کچھ عرصہ **(بقیہ صفحہ نمبر 45 پر)**

d\tahir111\export\cd.tif not found.

ریاءکاری سے ریاضت تک

ام حسان، راولپنڈی

کہتے تو ہیں کہ تیری ہی عبادت کرتے ہیں اور پوجتے نفس کو ہیں کہتے تو ہیں کہ ”تجھ ہی سے مدد مانگتے ہیں اور لوگوں کے دروازے پر جاتے ہیں اور ان کا شکریہ و شکایت کرتے ہیں۔ فرمایا افسوس نعمت تو اللہ کی کھاتا ہوں اور فرمانبرداری شیطان کی کرتا ہوں

ابتدائی حالات زندگی: حضرت مالک دینار رحمتہ اللہ علیہ بہت بڑے بزرگ گزرے ہیں ابتدا میں بہت دولت منداور وجیہہ شکل تھے۔ آپ کی آرزو تھی کہ آپ کو جامع مسجد دمشق کی تولیت حاصل ہوجائے کیونکہ یہ شاہی مسجد تھی اور اس کے ساتھ بہت بڑی جائیداد وقف تھی اور وہاں کا متولی بڑے اعزاز واحترام کی نگاہ سے دیکھا جاتا تھا۔ اسی مقصد کے پیش نظر حرص عہدہ کیلئے آپ اس مسجد میں جاکر معتکف ہوگئے اور پورے ایک سال تک برابر مصروف عبادت رہے تاکہ لوگ آپ کو ہروقت نماز میں مشغول پاکر خلیفہ سے آپ کے تقدس کا ذکر کریں اور آپ کو تولیت کا اعزاز حاصل ہوجائے۔ ایک روز آپ نے دل میں کہا کہ میں ایک برس سے منافقانہ عبادت کررہا ہوں اور یہ بہت شرمناک حرکت ہے کیوں نہ میں مخلصانہ عبادت کروں۔ دوسرے روز آپ نے خود بخود توبہ کرلی اور اس روز آپ نے مخلصانہ عبادت کی جب کوئی اللہ کا ہوجاتا ہے تو اللہ ضرور اسے نوازتا ہے چنانچہ دوسرے ہی روز لوگوں نے ایک متولی کی ضرورت محسوس کی اور آپ کے پاس آئے کہ آپ اس مسجد کی تولیت منظور کرلیں آپ نے دل میں کہا یاالٰہی بس میں ایک سال متواتر ریاکارانہ عبادت کرتا رہا مگر کسی نے بھی میری پرواہ نہ کی اور صرف ایک رات تیری طرف دل سے متوجہ ہوا تو نے اکٹھے 20 آدمی میرے پاس بھیج دیئے۔ اب میں بھی تیرا ہوکر رہوں گا۔ چنانچہ آپ اس مسجد سے اسی وقت اٹھ کر چلے آئے اور تولیت کی قبولیت سے انکار کردیا۔

عبادت و ریاضت: دل کی دنیا پلٹ چکی تھی آپ سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر عبادت میں مصروف ہوگئے۔ دن کو روزہ رکھتے اور رات کو نماز میں مصروف رہتے۔ کئی سال تک یہ دستور رہا کہ آپ نان بائی کی دکان پر جاکر صرف ایک روٹی خرید لیتے اور اسی سے روزہ افطار کرتے۔ آپ کا نفس برابر گوشت کی آرزو کرتا رہا لیکن بیس سال تک آپ نے گوشت کو ہاتھ نہیں لگایا۔ چالیس سال بصرہ میں رہے لیکن خرمے کو ہاتھ نہ لگایا زاہد واتقا میں اپنا ثانی نہ رکھتے تھے۔

ارشادات عالیہ: جب آپ ”اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ“ پڑھتے تو زار زار روتے اور فرماتے کہ اگر یہ آیت قرآن شریف میں نازل نہ ہوتی تو میں اسے کبھی نہ پڑھا کرتا کیونکہ کہتے تو ہیں کہ تیری ہی عبادت کرتے ہیں اور پوجتے نفس کو ہیں کہتے تو ہیں کہ ”تجھ ہی سے مدد مانگتے ہیں اور لوگوں کے دروازے پر جاتے ہیں اور ان کا شکریہ و شکایت کرتے ہیں۔ فرمایا افسوس نعمت تو اللہ کی کھاتا ہوں اور فرمانبرداری شیطان کی کرتا ہوں۔

فرمایا اس دنیا سے بچو کہ اس نے علماء تک کے دل مسخر کرلیے ہیں۔ میرے نزدیک سب سے بہتر عمل اخلاص ہے۔ فرمایا ایک روز ایک قرب الموت شخص کی عیادت کو گیا میں نے بار بار کلمہ شہادت پڑھنے کو کہا مگر زبان سے نہ نکلتا تھا۔ وہ شخص بولا اے میرے شیخ ایک پہاڑ ہے کہ جو کلمہ کا قصد کرتے ہی میری طرف بڑھتا ہے۔ پوچھا تیرا پیشہ کیا تھا۔ بولا میں مال کی فروخت میں دھوکے سے کام لیتا۔ کم دیتا اور کم تولتا تھا۔ فرمایا اللہ تعالیٰ نے امت محمدیہ ﷺ کو دو ایسی چیزیں عطا کیں جو کسی کو بھی اس سے پہلے نہ ملی تھیں۔ ایک ”فَاذْکُرُوْنِیْ اَذْکُرْکُمْ“ دوسری ”اُدْعُوْنِیْ اَسْتَجِبْ لَکُمْ“ یعنی تم مجھے یاد کرو میں تمہیں یاد کروں گا“ اور جب تم دعا مانگو گے قبول کروں گا“ فرمایا اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ جو عالم دنیا کو دوست رکھتا ہے سب سے کم سزا جو اسے ملتی ہے وہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ اس کے دل سے اپنے ذکر ومناجات کی حلاوت فنا کردیتے ہیں۔ ایک شخص نے آپ سے نصیحت کی درخواست کی آپ نے فرمایا کارساز حقیقی کی کارسازی پر راضی رہ تاکہ تجھے نجات حاصل ہو۔

کرامات: آپ کے پڑوس میں ایک شخص رہتا تھا جو نہایت ظالم وسخت گیر اور بااقتدار تھا۔ آپ کو بھی اس سے سخت تکلیف پہنچتی تھی مگر آپ صبر سے کام لیتے تھے اور کبھی کسی سے کچھ نہ کہتے تھے ایک روز چند افراد نے آکر آپ سے کہا کہ یہ شخص ہمیں بہت تنگ کرتا ہے ایک دن آپ اس کو سمجھانے گئے تو اس نے کہا آپ جانتے ہیں کہ میں بادشاہ کا خاص آدمی ہوں کسی کی مجال نہیں جو مجھے کچھ کہہ سکے۔ فرمایا تو میں بادشاہ ہی سے شکایت کروں گا۔ بولا کردیجئے مگر بادشاہ میرے خلاف ہرگز نہ کرے گا اور میں جو اس سے کہہ دوں گا وہی ہوگا۔ فرمایا بادشاہ نہ سنے گا تو رحمان کریم سے تو شکایت کی جاسکتی ہے۔ بولا جناب وہ بہت مہربان اور رحم دل ہے وہ مجھے ہرگز اپنی گرفت میں نہ لے گا۔ مجبور ہوکر آپ واپس چلے آئے مگر اس کے مظالم حد سے زیادہ متجاوز ہوگئے۔ اور کچھ لوگ پھر اس کی شکایت لے کر آپ کے پاس آئے۔ اس مرتبہ آپ نے سے تنبیہ شدید کا عہد کرلیا اور پکے ارادہ سے روانہ ہوئے لیکن آپ کی حیرت کی کوئی انتہا نہ رہی جب آپ نے ایک غیبی آواز سنی کہ دیکھو مالک وہ میرا دوست ہے اس سے کچھ نہ کہنا آپ اس کے پاس پہنچے تو بولا اچھا اب آپ پھر دوبارہ میرے پاس آئے ہیں۔ فرمایا آیا تو ہوں مگر اس دفعہ آنے کا مقصد یہ ہے کہ میں تجھے ایک نئے معاملہ سے آگاہ کروں اس کے بعد آپ نے آواز کے متعلق کیفیت بیان کی بولا اچھا یہ بات ہے اور وہ مجھے دوست کہتا ہے تو میں بھی دوست کی راہ میں سب کچھ نثار کیے دیتا ہوں یہ کہا اور سب کچھ لٹا کر جنگل کی طرف نعرے مارتا ہوا نکل گیا۔ ایک عرصہ کے بعد آپ نے اسے مکہ معظّمہ میں دیکھا آخری وقت تھا اور کہہ رہا تھا اس نے مجھے دوست بنایا تھا۔ میں بھی دوست کی راہ ہی میں نکلا اور اس کی رضا واطاعت میں زندگی ختم کردی یہ کہا اور دم توڑ دیا۔ ایک دفعہ آپ کشتی میں سوار ہوگئے۔ بوسیدہ لباس پہنے ہوئے تھے ملاحوں نے آپ سے کشتی کا کرایہ طلب کیا فرمایا میرے پاس تو کچھ بھی نہیں۔ انہوں نے آپ کو اس شدت کے ساتھ مارنا شروع کیا کہ آپ بے ہوش ہوہوجاتے تھے اور جب ہوش آتا تھا تو پھر مارتے تھے۔ آخر بولے کرایہ دے ورنہ ہم ابھی دریا میں پھینک دینگے۔ اتنے میں بہت سی مچھلیاں دینار منہ میں لیے ہوئے ظاہر ہوئیں آپ نے ان کے منہ سے ایک دینار لے کر انہیں دے دیا۔ ملاح یہ کرامت دیکھ کر پاؤں پر گر پڑے۔ آپ اسی وقت دریا میں کودے اور پانی پر چل کر نگاہوں سے غائب ہوگئے۔ اسی وجہ سے آپ مالک دینار مشہور ہوگئے۔ بصرہ کی ایک ماہ پیکر امیر زادی نے آپ سے شادی کی خواہش کی فرمایا میں تو دنیا کو طلاق دے چکا ہوں کسی اور کو ڈھونڈو! انتقال کے بعد لوگوں نے خواب میں دیکھ کر پوچھا کہیے وہاں آپ پر کیا گزری۔ فرمایا اللہ تعالیٰ نے مجھے میرے گناہوں کے باوجود اس حسن ظن کی وجہ سے جو مجھے اس کے ساتھ تھا بخش دیا۔

چھٹیاں قیمتی بنانے کے سنہری اصول

نائیلہ شاہد ڈیرہ غازی خان

پھر بچے ذکر کرتے ہیں سبحان اللہ الحمدللہ وغیرہ ہر روز ایک ذکر ہوتا ہے جمعہ کو درود شریف اس کام کیلئے کھجور کی گٹھلیوں کو جمع کیا ہوا ہے تقریباً 1200 گٹھلیاں روزانہ پڑھی جاتی ہیں۔اس طرح مجھے بھی کچھ وقت مل جاتا ہے تاکہ میری اپنی اصلاح ہو سکے

میں نے چھٹیوں میں بچوں کی تربیت کے حوالہ سے ایک پروگرام ترتیب دیا ہے جس میں بچوں کی جسمانی تربیت کے ساتھ ساتھ روحانی روحانی تربیت کا انجام بھی بڑے شاندار طریقے سے مرتب کیا گیا ہے۔

بچوں کی تربیت کا سلسلہ: آج کل موسم گرما کی چھٹیاں ہونے والی ہیں اور چھٹیوں کا سن کر بچے خوش ہوتے ہیں کہ چلو اب آزادی ہے خوب گھومیں گے خوب عیش کریں گے آرام سے صبح دیر تک سو کر اٹھیں گے۔

لیکن ہم لوگ چھٹیوں میں نہ کہیں گھومنے جائینگے۔میرے بچے الگ الگ اسکولوں میں پڑھتے ہیں کہیں ایک ماہ کی چھٹیاں ہونگی تو کہیں ڈھائی ماہ کی اور میری ایک بچی جو کہ مدرسہ میں حفظ کر رہی ہے اس کو چھٹیاں ہی نہیں ہونگی۔

اب میں نے سوچا کہ ان چھٹیوں کو کسی طرح کام میں لایا جائے تو بیٹھے بیٹھے خیال آیا کہ جو میں کبھی کبھی بچوں کے ساتھ کھیل کھیلتی ہوں اسکول اسکول' ڈاکٹر ڈاکٹر' وغیرہ کیونکہ مجھے بچوں کا گلیوں میں پھرنا بالکل پسند نہیں اور میں ان کو کسی نہ کسی کھیل میں لگا کر گھر میں ہی رکھنے کی کوشش کرتی ہوں۔

اب ناچیز نے بچوں کو کہا کہ آپ کیلئے ایک ماہ کا کورس ہے (فی الحال) سکول سکول والا کھیل ہم دوبارہ سے شروع کر رہے ہیں یہ سکول ایسا ہوگا جہاں ہم روحانی تربیت حاصل کر سکیں گے کیونکہ ہم جسم کو تو اسکول بھیجتے ہیں لیکن ہماری روح کو بھی سکول کی ضرورت ہے اس میں ہم قرآن کی تلاوت' ذکر اور درس وغیرہ کریں گے بلکہ اصل میں خود اپنے لیے چوبیس گھنٹوں میں سے کچھ وقت دین کیلئے نکالنا چاہ رہی تھی کیونکہ روزانہ آج کل کرتے کرتے وقت گزر رہی جاتا تھا۔

اب اس کیلئے میں نے (سٹور) جو کہ گھر کے ایک طرف کمرہ ہے اس کا انتخاب کیا اس کا کچھ حصہ صاف کر کے وہاں ایک تختہ سیاہ اور خود چارٹ بنا کر (بے جان تصویروں کے) لگا لیے اور نیچے چٹائی پر اپنے تمام بچوں کے بیٹھنے کا انتظام کر لیا بچے ماشاءاللہ نمازوں کی پابندی تو کر رہے ہیں کہیں کبھی کبھی بے قاعدگی ہو جاتی ہے اللہ تعالیٰ استقامت عطاء فرمائے آپ سے بھی دعا کی درخواست ہے۔

چوبیس گھنٹوں میں سے صرف دو گھنٹے سکول ہے اس کا وقتی طور پر نام ''نئی روشنی سکول'' تجویز ہوا ہے اس کو شروع ہوئے تقریباً ایک ہفتہ ہو چکا ہے اس ادنی سی کوششیں کی ایک ہفتہ کی تفصیل پیش خدمت ہے۔

اسمبلی: تلاوت (اویس بیٹا)' 2-چھ کلمے (اسعد بیٹا)' 3-مسنون دعائیں (کھانے پینے سونے وغیرہ کی ''قندیل بیٹی'')' 4-نعت (آفرین بیٹی)' 5-دعا (ماریہ بیٹی) (لب پہ آتی ہے دعا بن کے تمنا میری)

اسمبلی کے بعد پہلا پریڈ: قرآن'' کی تلاوت کا ہے سب بچے قرآن مجید کی تلاوت کرتے ہیں نورانی قاعدے سے لیکر حفظ تک کے بچے شریک ہوتے ہیں۔

آسان نیکیاں: مفتی تقی عثمانی صاحب کی اس کتاب سے ہر روز ایک آسان نیکی کے بارے میں بتایا اور سمجھایا جاتا ہے اور پھر اس کے حوالے سے کوئی کہانی اور واقعہ بھی سنایا جاتا ہے۔اب تک پیر کو بسم اللہ کی برکت' منگل کو سلام کی اہمیت' بدھ کو دوسروں کی مدد کرنا' جمعرات کو جانوروں پر رحم کرنا وغیرہ کے بارے میں بتا چکی ہوں کہ جانوروں پر رحم کرنے سے کیا فائدہ اور نہ کرنے سے کیا نقصان ہوتا ہے وغیرہ۔

ترجمہ اذکارِ نماز: (نام کتاب' ایک منٹ کا مدرسہ) حکیم مولانا محمد اختر صاحب کی اس کتاب سے' روزانہ تھوڑا تھوڑا ترجمہ یاد کرایا جاتا ہے اور اگلے دن پچھلے سبق سمیت سب دہرایا جاتا ہے (تاکہ بچوں کو نماز کا مکمل ترجمہ یاد ہو جائے اور وہ نماز کی اہمیت کو سمجھ کر اچھی طرح پڑھ سکیں)۔

(اس کے علاوہ مطالعہ' جنرل نالج کے سوالات اور درس وغیرہ کے بھی پیریڈ ہوتے ہیں)

اردو: کچھ تھوڑی سی اردو پڑھائی لکھائی املاء وغیرہ تاکہ سکول کی شکل وصورت قائم ہو سکے (مادری زبان)

5-انگریزی: الفاظ معنی' پڑھائی لکھائی وغیرہ (دوسروں سے مقابلے کیلئے انگریزی سے واقفیت ہونا ضروری ہے)

ذکر: پھر بچے ذکر کرتے ہیں سبحان اللہ' الحمد اللہ وغیرہ ہر روز ایک ذکر ہوتا ہے جمعہ کو درود شریف اس کام کیلئے کھجور کی گٹھلیوں کو جمع کیا ہوا ہے تقریباً 1200 گٹھلیاں روزانہ پڑھی جاتی ہیں۔

اختتامی دعا: درود ابراہیمی الحمد شریف' تین بار سورۃ اخلاص' پھر درود ابراہیمی اس کے بعد وہ اپنے مدرسہ کی دعا جو اس کو یاد ہے یعنی وہ مدرسہ میں چھٹی کے وقت پڑھتے ہیں' پڑھتی ہیں۔

اس طرح مجھے بھی کچھ وقت مل جاتا ہے تاکہ میری اپنی اصلاح ہو سکے کیونکہ مجھ جیسی کم علم اور بے عمل کو آتا ہی کیا ہے بس اللہ تعالیٰ کا کرم اور احسان ہے کہ وہ اس طرح کے خیالات دل میں ڈال دیتا ہے اللہ تعالیٰ ہم سب کو نیک بننے کی توفیق دے (آمین)۔

ضروری بات: ایک بات اور وہ یہ کہ دو سامنے والی بچیاں جو کہ ہر وقت آنا جانا لگائے رکھتی ہیں ان کو بھی اس سکول میں شامل کر لیا وہ بہت خوش ہوئیں پہلے تو میں بہت پریشان ہوئی کہ کیا کروں ان کو بتاؤں یا نہ بتاؤں اگر ان کو سکول کے بارے میں بتاتی ہوں تو یہ کہیں دکھاوے اور نمائش میں شامل نہ ہو جائے اور اگر چھپاتی ہوں تو دین کی بات چھپانا بھی تو بخیلی ہے اور کیا پتہ اللہ پاک کس کو عمل کی توفیق دے دے بس اللہ کا نام لیکر ان کو بتا دیا اور وہ بھی اس پروگرام میں شامل ہوگئی ہیں اور یوں یہ روشنی کی کرن ہمارے گھر سے نکل کر دوسرے گھر میں داخل ہوگئی ہے۔اللہ تعالیٰ مجھے استقامت اور ہمت دے اور صحیح بیان کرنے اور عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔قارئین اس طریقے سے ہم اپنے بچوں کی اچھی تربیت اور ان کی چھٹیوں کو قیمتی بنا سکتے ہیں۔

بخشش کیلئے نبویؐ تحفہ

حضرت ام سلمہؓ انہوں نے آنحضرت ﷺ سے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ مجھے چند کلمات بتا دیجئے (مگر) زیادہ نہ ہوں۔آپ ﷺ نے فرمایا: ''دس مرتبہ اَللّٰہُ اَکْبَرُ کہو اللہ فرمائے گا یہ میرے لیے ہے۔اور کہو اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ (اے اللہ مجھے بخش دے) اللہ فرمائے گا میں نے بخش دیا۔پس تم اس کو دس مرتبہ کہو تو اللہ تعالیٰ ہر مرتبہ فرمائے گا میں نے تجھے بخش دیا۔(طبرانی) (**امجد جاوید جنجوعہ' اسلام آباد**)

ڈپریشن اور ٹینشن سے نجات

یہ عمل میرا آزمودہ ہے اپنی صحافتی زندگی میں ہم کئی صحافی ہر شام باغ جناح میں روزانہ دو سے تین کلومیٹر تیز پیدل چلتے تھے اس سے دن بھر کی پریشانی اور ڈپریشن سے نجات ملتی تھی۔جسم میں ایک نئی طاقت پیدا ہوتی تھی۔وزن میں کنٹرول رہتا تھا۔ (**محمد نعیم جاوید معرفتی**)

احمد جبار گل' لاہور

کیا ہم قرآن کی عظمت کرتے ہیں؟

جس دن انجیل پر حلف لیا جانا تھا تمام عیسائی اکٹھے ہوگئے۔انہوں نے دوہزارروپیہ فی گھر چندا اکٹھا کر کے سردار صاحب کودیدیا جوسردار صاحب نے بخوشی قبول کرلیا۔عیسائیوں نے مجمع عام میں بڑے فخر سے کہا کہ ہم جان دے سکتے ہیں لیکن اپنی مذہبی کتاب کی آڑ نہیں لے سکتے

قرآن مجید نے آج سے 14 سو سال پہلے جہالت میں ڈوبے ہوئے اور گناہوں کی سیاہی میں گھرے ہوئے عربوں میں ایسا عظیم انقلاب پیدا کیا جس کی مثال نہیں ملتی ۔ حضور ﷺ پر جب قرآن نازل ہوا تو حضور ﷺ دن ہو یا رات قرآن کی تلاوت فرماتے منکرین جب قرآن کو حضور ﷺ کی زبان سے سنتے تھے اور بے تاب ہوجاتے اور سجدے میں گر جاتے اور مسلمان ہوجاتے۔قرآن اللہ کا کلام تمام کلاموں کا بادشاہ مسلمانوں پر تو اس کے اثرات پڑتے ہی ہیں مگر آج دنیا بھر کے غیر مسلموں پر ہمیں قرآن کے اثرات نمایاں نظر آرہے ہیں۔

جن ذرائع سے قوم کے نونہالوں کو قرآن وحدیث کے اسباق سنا کر ہم نے رسولؐ کے ستارے بنانا تھا وہاں سے انہیں فسق و فجور حسن وعشق کا سبق دیا جارہا ہے اور جدید تحقیقات کے نام پر نونہالوں کو قرآن سے دور کیا جارہا ہے آج کے اس معاشرے میں قرآن کی عظمت نونہالوں کے دلوں سے ختم کی جارہی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بات بات پر لوگ قرآن کی قسمیں اٹھانے پر تیار ہوجاتے ہیں جبکہ سکھ پاکستان کے اکثر اضلاع میں نہیں ہیں، ہماری نئی پود نہیں جانتی کہ ان کے مذہبی رسم ورواج کیا تھے۔یقیناً ہمیں جاننے کی ضرورت بھی نہیں ہے۔ یہاں ان کی مذہبی کتاب گرنتھ صاحب کے بارے میں ایک واقعہ لکھا جارہا ہے۔

یہ 1947ء سے پہلے کا واقعہ ہے۔ دسوہہ سے ہوشیار پور جانے والی سڑک پر دوسکھ جنہوں نے بڑے بڑے ڈنڈوں کے آگے جھاڑو باندھ رکھے تھے۔ سڑک صاف کرتے جارہے تھے۔ان سے تھوڑے فاصلے پر دوسکھ عطر کا چھڑکاؤ کرتے جارہے تھے اور ساتھ ساتھ لوگوں کو بڑے ادب و احترام کے ساتھ سڑک سے پیچھے ہٹنے کا کہہ رہے تھے۔

عطر کی خوشبو سے سارا راستہ معطر ہورہا تھا۔ان کے پیچھے چار اور سکھ تھے جنہوں نے ایک پالکی اٹھا رکھی تھی جس کی چھولداری پر طلائی ماروں سے کشیدہ کاری کی ہوئی تھی۔ دو بہت ہی معزز سکھ مور کے پروں سے دائیں بائیں گرد وغبار کے علاوہ اپنی مذہبی کتاب کو مکھیوں سے محفوظ رکھتے جارہے تھے۔ہمیں بعد میں بزرگوں نے بتایا کہ یہ سکھ گرنتھ صاحب کو لئے جارہے ہیں۔ جو ان کے گرنتھی کسی مجمع عام میں پڑھ کر سنائیں گے۔ یہ ذہن نشین رکھیں کہ یہ گرنتھ سکھوں کے مذہبی رہنما گرونانک کی دستی تحریر ہے جو چھوٹی چھوٹی منظوم پوتھیوں پر مشتمل ہے۔

دوسرا واقعہ ایک عیسائی عورت کا ہے کہ ایک بہت بڑے مسلمان سردار کے گھر ایک عیسائی بیوہ عورت ملازمت کرتی تھی۔ ایک دن سردار صاحب کی بیٹی کے سونے کے کڑے گم ہوگئے۔ جو بقول سردار صاحب بیس ہزار روپے کے تھے۔کڑوں کی چوری کا الزام سردار صاحب نے عیسائی ملازمہ پر لگادیا۔اس الزام سے عیسائی عورت کا خون خشک ہوگیا۔ وہ ساری عمر بمعہ اپنے بچوں کے سردار صاحب کی غلامی کرتی تو بھی بیس ہزار روپیہ پورا نہ ہوتا۔عیسائی عورت نے ہر طرح سے اپنے بے گناہ ہونے کا ثبوت مہیا کیا مگر سردار صاحب کسی طرح راضی نہ ہوئے۔ وہ اس بات پر بضد تھے کہ کڑے اسی عورت نے چرائے ہیں۔

آخر طے یہ پایا کہ اگر وہ عورت انجیل پر ہاتھ رکھ کر حلف اٹھائے کہ کڑے اس نے چوری نہیں کیئے تو ہم اعتبار کرلینگے۔

بلاشبہ ملازمہ سچی تھی۔ علاوہ اس کے کہ وہ اپنے مذہبی عقائد سے ناآشنا تھی۔ اس نے انجیل پر حلف اٹھانے کی حامی بھرلی۔ دن مقرر ہوگیا۔ اس گاؤں میں کافی گھر عیسائیوں کے تھے جب انہوں نے بیوہ کے انجیل اٹھانے کے وعدے کے متعلق سنا تو تمام گھروں میں تشویش پھیل گئی۔

جس دن انجیل پر حلف لیا جانا تھا تمام عیسائی اکٹھے ہوگئے۔انہوں نے دوہزار روپیہ فی گھر چندا اکٹھا کر کے سردار صاحب کودے دیا جو سردار صاحب نے بخوشی قبول کرلیا۔عیسائیوں نے مجمع عام میں بڑے فخر سے کہا کہ ہم جان دے سکتے ہیں لیکن اپنی جان اور مال بچانے کے لئے اپنی مذہبی کتاب کی آڑ نہیں لے سکتے۔

ایک بیوہ عیسائی عورت سے بغیر کسی ثبوت کے محض شک و شبہ کی بنا پر بیس ہزار روپیہ وصول کر کے سردار صاحب کو جن دل خراش واقعات سے گزر کر قضا و قدر کے خفیہ ہاتھوں سے ہلاک ہونا پڑا وہ ایک علیحدہ داستان ہے۔ زمانہ گزر گیا ہے۔اب بھی سردار صاحب کی حسرت ناک موت یاد آتی ہے تو دل لرزنے لگتا ہے۔

قارئین! سوچئے فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے کیا ہم کلاموں کے بادشاہ قرآن کی اس قدر عظمت واحترام کرتے ہیں ؟؟؟

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 48

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

طائف کی وادی میں جب آپ ﷺ دعوت الٰہی کیلئے پہنچے۔ آپ ﷺ نے جاکر وہاں کے روساء کو توحید کی دعوت دی لیکن وہ سخت بداخلاقی سے پیش آئے اور انہوں نے اسی پر اکتفا نہ کیا بلکہ بازاری لفنگوں اور اوباشوں کو آپ ﷺ کے پیچھے لگادیا۔ یہ ابلیسی لشکر ہر طرف سے آپ ﷺ پر ٹوٹ پڑا اور ذات اقدس پر بے پناہ سنگ باری شروع کردی۔

آپ ﷺ جدھر کا رخ کرتے یہ اشقیاء برابر آپ کا تعاقب کر کے پتھراؤ اور دریدہ دہنی کرتے۔ حضرت زیدؓ نے اپنے جسم کو آپ ﷺ کی ڈھال بنا رکھا تھا لیکن جب چاروں طرف سے پتھر برس رہے تھے تو حضرت زیدؓ آپ ﷺ کو کہاں تک محفوظ رکھ سکتے تھے۔ آپ ﷺ پر اتنے پتھر برسائے گئے کہ جسم مبارک لہولہان ہوگیا اور نعلین مبارک خون میں چھپ گئے اور آپ ﷺ کے جسد اطہر کا کوئی حصہ ایسا نہ تھا جو زخمی شدہ نہ ہو اور اس سے خون کے فوارے نہ چھوٹ رہے ہوں۔ آخر آپ ﷺ نے ایک باغ کے اندر انگور کی بیلوں میں پناہ لی اور اوباشوں سے پیچھا چھڑایا۔ **(تاریخ ابن جریر)**

باغ میں اطمینان کی سانس لینی نصیب ہوئی تو حضرت زیدؓ نے پہلے آپ ﷺ کے جسم اطہر کا خون پونچھا اور پھر اپنے زخم صاف کرنے لگے چونکہ آپ ﷺ کی نعلین مبارک میں بہت خون جم گیا تھا آپ ﷺ وضو کرتے وقت بمشکل اپنے پیر نکال سکے۔ **(تاریخ ابن جریر ومدارج)**

اہل طائف کے تہس نہس کرنے سے انکار

اتنے میں پہاڑوں کے فرشتے نے آواز دی کہ اے محمد ﷺ! مجھے آپ ﷺ کے رب نے آپ ﷺ کے پاس بھیجا ہے کہ آپ ﷺ کے ہر حکم کی تعمیل کروں۔ اگر آپ ﷺ کی مرضی مبارک ہو تو میں طائف کے دونوں پہاڑوں کو باہم ملا کر وہاں کی جملہ آبادی کو تہس نہس کردوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا نہیں۔ میں ان کی ہلاکت و بربادی نہیں چاہتا بلکہ مجھے اللہ کے فضل سے امید ہے کہ حق تعالیٰ ان کے اصلاب میں سے ایسے لوگ پیدا کرے گا جو اس کی توحید اور عبادت کا پورے عالم میں پرچار کریں گے اور تاریخ گواہ ہے اللہ نے آپ ﷺ کی اس دعا کو قبول کیا اہل طائف سے ایسے افراد پیدا کیے جنہوں نے پورے عالم میں دین کا پیغام پہنچایا۔

چار چیزیں: اچھا اخلاق چار چیزوں سے ہے' سخاوت' حیاء' صلہ رحمی کرنا' جومحروم کرے اسے نوازنا

محمد قاسم

کامیابی آپ کے قدم چومے گی

مثبت سوچ اورافکاروخیالات ہی انسان کی کامیابی کا زینہ ہوتے ہیں، مثبت سوچ اپنائیں اور منفی سوچ سے چھٹکارا حاصل کریں۔ مثبت سوچ ناممکن کوممکن بناسکتی ہے۔ علامہ نیاز فتح پوری میٹرک پڑھے تھے مگر وہ ''علامہ'' کہلاتے تھے انہیں دنیا کی بہت سی زبانیں آتی تھیں

ماہرین نفسیات اس بات کوتسلیم کر چکے ہیں کہ فرد کی شخصیت کو ابھارنے اور سنوارنے میں مثبت سوچ اہم کردارادا کرتی ہے اور یہ بات تسلیم شدہ ہے کہ سوچ دوطرح کی ہوتی ہے' مثبت سوچ اور منفی سوچ۔ اول الذکرسوچ تو مثبت ہے ہی لیکن اس کی ضد موخرالذکرسوچ جو کہ نام سے ہی منفی ہے یہ اکثر و بیشتر انسان کیلئے منفی ہی ثابت ہوتی ہے منفی سوچ آدمی کی شخصیت کو مسخ کرکے رکھ دیتی ہے اور اس کے منفی پن سے نجات حاصل کرنا کافی دشوار اور کٹھن معاملہ ہوتا ہے تاہم کوشش کرنے سے منفی سوچ میں کمی پیدا کی جاسکتی ہے اور اس کی جگہ مثبت سوچ کوجگہ دی جاسکتی ہے مگر اس کیلئے سخت محنت درکار ہوتی ہے۔

کچھ ایسے طریقے ہیں جن کی مدد سے یہ دشوار کام قدرے آسان ہوسکتا ہے۔ بس آپ کو یہ بات دھیان میں رکھنا ہوگی کہ یہ باتیں صرف پڑھنے کیلئے ہی نہیں ہیں بلکہ پہلے آپ انہیں ذہنی طور پرتسلیم کریں پھر ان پرعمل بھی کریں۔ آپ دیکھیں گے کہ مرحلہ وارتبدیلیوں کاعمل شروع ہوجائے گا اور مثبت سوچ پیدا ہونا شروع ہوجائے گی اس کے ساتھ آپ کے اردگرد کی دنیا بھی بدلنے لگے گی۔

یادرکھئے! آپ نے اپنی سوچ بدلنے کافن سیکھ لیا تو آپ گویا دنیا بدلنے کافن سیکھ جائیں گے۔ اب یہاں سوچ بدلنے میں کارفرماعوامل ترتیب وارپیش کیے جارہے ہیں۔

اندیشے: منفی سوچ میں اندیشے سرفہرست ہوتے ہیں۔ اندیشے ہماری خوداعتمادی کوکھوکھلا کردیتے ہیں یہ بے شمار ہوتے ہیں مگر انہیں اگر محدود کرکے دیکھا جائے تو معلوم ہوگا کہ بعض اوقات یہ مندرجہ ذیل وجوہات کی بنیاد پر پیدا ہوتے ہیں۔

میری عمر بیت چکی ہے: اکثر لوگ اچھے کاموں کی طرف سے اس لیے منہ موڑ لیتے ہیں کہ ان کے خیال میں ان کی عمر موزوں نہیں رہی یعنی جیسے اب بڑھاپے میں کیا تعلیم حاصل کرنا' یہ ایک منفی سوچ ہے جبکہ رسول اللہ ﷺ کا ارشاد پاک ہے کہ علم حاصل کرو''مھد سے لحد تک'' ماہرین نفسیات بھی مانتے ہیں کہ سیکھنے اور سمجھنے کاعمل مرتے دم تک جاری رہتا ہے۔ ذہن نشین رکھیں کہ بسا اوقات بہت سی صلاحیتوں کا ظہور کافی عمر گزر جانے کے بعد ہوتا ہے۔

معذوری: جسمانی معذوری بھی ایک بڑے اندیشے کے طور پر دیکھنے میں آتی ہے۔ یعنی معذور افراد میں منفی سوچ زیادہ پائی جاتی ہے اور اگر دوسرے لفظوں میں کہا جائے تو منفی سوچ بذات خود ایک بڑی معذوری ہوتی ہے مگر ایک لمحے کیلئے سوچئے کہ آپ نے کئی معذور افراد ایسے بھی دیکھے ہوں گے جو اچھے عہدوں پر فائز ہوتے ہیں اور سماجی ودیگر کاموں میں بھی یہ افراد بڑھ چڑھ کر حصہ لیتے ہیں۔

سرمایہ اور توانائی کی کمی: بہت سے کام بہت سے لوگ صرف اس منفی سوچ کی وجہ سے نہیں کر پاتے کہ ہمارے پاس اس کام کیلئے سرمایہ اور وسائل نہیں یا ہمارے پاس ویسی توانائی نہیں جو اس کام کی تکمیل کیلئے ضروری ہے ایسی منفی سوچ احساس محرومی کو بڑھاتی ہے اور ہم موجود وسائل کو بھی اپنے کام کیلئے بروئے کار نہیں لا پاتے لہٰذا اس سوچ کو بھی بدلنا از حد ضروری ہے۔

طبقاتی احساس اور رنگ وروپ: بے شمار لوگ کسی کام کو کرنے سے صرف اس لیے خائف رہتے ہیں کہ وہ اس طبقے سے تعلق نہیں رکھتے لہٰذا یہ کام تو فلاں طبقے کیلئے مخصوص ہے ہم اس طبقے میں کیسے اپنی پہچان بناسکیں گے؟ جبکہ معمولی رنگ وروپ بھی انسان کو بعض اوقات اپنی شخصیت کے متعلق منفی سوچ پیدا کرنے میں اہم جزو بنتا ہے لیکن اگر تاریخی شخصیات کا مطالعہ کیا جائے تو یہ بات واضح ہوتی ہے کہ وہ تمام شخصیات معمولی شکل وصورت کی تھیں مگر انہوں نے اپنے راستے کی رکاوٹ کو اپنی مثبت سوچ کی وجہ سے عبور کیا مثلاً نپولین بہت پست قدو قامت کاشخص تھا۔

تعلیمی کمتری: اکثر لوگ تعلیم کی کمی کی وجہ سے بھی منفی سوچ کی زد میں رہتے ہیں۔ یادرکھنا چاہیے کہ تعلیم صرف وہ ہی نہیں جو سند وغیرہ کی محتاج ہے بلکہ تعلیم ذہنی نشو ونما کا نام ہے۔ کم تعلیم یافتہ ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ آپ سند کے بغیر بھی چیزیں سیکھ سکتے ہیں مثلاً علامہ نیاز فتح پوری صرف میٹرک تک پڑھے ہوئے تھے مگر وہ ''علامہ'' کہلاتے تھے انہیں دنیا کی بہت سے زبانیں آتی تھیں۔ سعادت حسن منٹو کے بارے میں بھی کہا جاتا ہے کہ وہ تعلیمی طور پر کوئی سند یافتہ نہیں تھے مگر وہ دنیا کے بااثر ادیب بنے۔ اوپر ذکر کردہ منفی سوچوں کی باتیں آپ نے پڑھیں۔ اب ان کو بدلنے کیلئے مثبت سوچ کیسے اپنائی جائے اس کیلئے کم از کم مندرجہ ذیل اقدامات ناگزیر ہیں۔

ہر صبح پُر امید ہو کر نکلیں: اللہ پر توکل کریں لیکن اپنی بہترین کوششوں کو ضرور بروئے کار لائیں' مایوسی گناہ ہے اس لیے ہمیشہ پرامید رہیں۔ خود کو ہر قسم کے حالات کا مقابلہ کرنے کیلئے تیار رکھیں۔ مثبت خیالات کیلئے ذہن کو پاکیزہ ہشاش بشاش رکھیں' تعمیری باتیں سنیں اور ان پرعمل کریں۔

اپنا جائزہ لیتے رہیں: جسمانی صحت ہماری سوچوں پر اثر انداز ہوتی ہے اس لیے بیماری ہو تو فوراً علاج کی طرف توجہ دیں اور اپنے جسم کے ساتھ ساتھ اپنے ذہن میں پیدا ہونے والے خیالات کا جائزہ لیتے رہیں۔

صبح کو ہلکی ورزش کریں: اس سے جسمانی اور ذہنی دونوں طور پر انسان چاق وچوبند رہتا ہے۔

جذباتیت سے پرہیز کریں: جذباتی گفتگو سے پرہیز کریں اور ٹھنڈے مزاج کے ساتھ دوسرے سے پیش آئیں کیونکہ کسی نے کیا خوب کہا ہے کہ کامیاب ہونے کیلئے ضروری ہے کہ آپ کسی بھی بات کا برا نہ منائیں۔

ناممکنات کی دنیا سے باہر نکلیں: کبھی بھی کسی کام کو ناممکن نہ سمجھیں ہمیشہ مثبت سوچ رکھیں کہ کام مشکل تو ہے مگر کوشش کرنے میں کیا حرج ہے آخر بہت سے لوگ کامیاب ہوتے ہیں میں بھی کامیاب ہوسکتا ہوں۔

نئے لوگوں سے ملیں: اگر کسی محفل میں شریک ہوں تو چھپ کر اور کنارے لگ کر مت بیٹھے رہیں بلکہ لوگوں کے ساتھ ملیں جلیں' ان کیساتھ گفتگو کریں اور ہمیشہ نئے لوگوں سے مل کر ان کو دوست بنائیں ان سے رابطے کیلئے نام پتہ وغیرہ معلوم کریں۔

آخری بات: یادرکھیں کہ مثبت سوچ اور افکار وخیالات ہی انسان کی کامیابی کا زینہ ہوتے ہیں' اس لیے مثبت سوچ اپنائیں اور منفی سوچ سے چھٹکارا حاصل کریں کیونکہ مثبت سوچ ناممکن کوممکن بناسکتی ہے۔

پیاز کے فائدے

پیاز کو چربی کے ساتھ پکا کر کھانے سے سینہ اور پھیپھڑوں سے لیس دار مواد خارج ہو کر سینہ صاف ہو جاتا ہے۔☆ مریض ضیق النفس (دمہ) میں پیاز کا رس، شہد ہر ایک ایک پاؤ سوڈا بائیکا رب پانچ تولہ، تینوں کو ملا کر رکھ لیں۔ صبح وشام ایک ایک چمچ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ **(وحید ریاض' لاہور)**

نیک خوشخص: مجھے نیک خوشخص کے ساتھ صحبت پسند ہے۔ اگرچہ وہ بدکار ہو۔☆ جب محبت کامل ہوجاتی ہے تو ادب کی شرط گر جاتی ہے

اعجاز الرحمٰن فاروقی، ڈسکہ

موسم برسات میں سدا بہار صحت

اس موسم میں نمی کی زیادتی سے تیارشدہ غذاؤں کا تعفن پیدا ہونا اور انہیں پھپھوندی لگنا عام مسئلہ ہے اور متعفن غذا کا استعمال نقصان کا باعث ہوتا ہے۔ ایسی غذا معدہ میں پہنچنے کے بعد نظام انہضام کو شدید متاثر کرکے قے اور اسہال کی تکلیف کا باعث بنتی ہے

جب جون کے اواخر اور جولائی کے ابتدائی مہینہ میں آسمان پر سورج اپنی پوری تابانی سے چمک رہا ہوتا ہے اور اس کی گرم اور تیز شعاعیں انسانوں اور حیوانات کے سروں پر پڑ کر شدید گرمی اور بے چینی کا احساس پیدا کرتی ہیں تو مخلوق الٰہی کی زبان سے خالق کے حضور الفاظ دعاؤں ادا ہوتے ہیں کہ الٰہی اپنی رحمت کی بارش نازل فرما تو پھر اللہ تعالیٰ کو اپنے گناہگار بندوں پر رحم آجاتا ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے شمال سے بادلوں کے کچھ ٹکڑے انسانی آبادی کی طرف بڑھتے نظر آتے ہیں جن کے تعاقب میں سیاہ وسفید بادلوں کا غول کا غول ہوتا ہے۔ باران رحمت کے نزول کی شدید تمنائیں جب دلوں میں تڑپتی ہیں تو زبانوں پر اس کا تذکرہ آجاتا ہے۔ بادلوں کے کچھ ٹکڑے سورج کی طرف لپک کر اس کی تیز اور اذیت ناک شعاعوں کے زمین تک پہنچنے میں حائل ہوجاتے ہیں۔ تب انسان کی بیقراری کو کچھ سکون آتا ہے۔ بادلوں کے یہ آسمان پر پھیل کر اس کا رنگ نیلگوں کی بجائے سیاہ کردیتے ہیں۔ انسانی نگاہیں بڑی بے تابی سے آسمان کو تک رہی ہوتی ہیں۔ یکا یک پانی کے چند قطرے زمین کی طرف آتے دکھائی دیتے ہیں اور اس کے بعد خوب موسلا دھار بارش ہوتی ہے۔ موسم برسات کی بارشوں کی ابتدا اسی طرح ہوتی ہے۔

موسم برسات کی آمد اور باران رحمت کے نزول سے مرجھائے ہوئے پودوں میں جان آجاتی ہے اور درختوں کے پتوں سے مٹی دھل کر ان کا قدرتی حسن نکھر جاتا ہے۔ بے آباد نظر آنے والے کھیتوں میں سبزہ اگنا شروع ہوجاتا ہے اور دنوں ہی دنوں میں کھیت سرسبز نظر آنے لگتے ہیں۔ پرندے خوشی سے چہچہاتے ہیں۔ گرمی کے مارے ہوئے انسانوں کی جان میں جان آجاتی ہے۔ الغرض یہ موسم گرمی سے تڑپتے ہوئے انسانوں اور حیوانوں کیلئے خوشی کا پیغام لاتا ہے چونکہ ہوا میں آبی بخارات کا تناسب بڑھ جاتا ہے لہٰذا اس موسم میں قیام و طعام کے سلسلے میں چنداں احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس سلسلے میں چند ضروری ہدایات درج ذیل ہیں۔

1۔ موسم برسات میں کبھی ہوا تیز چلنے لگتی ہے تو طبیعت کو سکون اور فرحت حاصل ہوجاتی ہے مگر بعض دفعہ ہوا چلنا بالکل بند ہوجاتی ہے تب طبیعت میں گھٹن اور بے چینی محسوس ہونے لگتی ہے۔ اس حالت میں حشرات الارض زمین سے اپنی اپنی بلوں (گھروں) سے باہر نکل آتے ہیں اسی لیے اس موسم میں اکثر سانپوں اور بچھوؤں سے واسطہ پڑا رہتا ہے۔ لہٰذا احتیاط کا تقاضا یہ ہے کہ زمین پر لیٹنے سے گریز کیا جائے کیونکہ اس طرح زہریلے جانوروں کے ڈسنے کے امکانات زیادہ ہوجاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اکثر زہریلے جانوروں کے ڈسنے کے واقعات موسم برسات میں ہی ہوتے ہیں۔

☆ موسم برسات میں بارشیں اور گھٹن بھی زیادہ ہی ہوتی ہے اس لیے سلکی ملبوسات گھٹن کے وقت شدید اذیت ناک صورت حال پیدا کردیتے ہیں۔ لہٰذا ایسا لباس زیب تن کیا جائے جس میں پسینہ کو جذب کرنے کی صلاحیت موجود ہو۔ مثلاً سوتی کپڑے سے تیارشدہ ڈھیلا لباس بہت اچھا رہتا ہے۔ اگر ایسے ملبوسات پہنے جائیں جو پسینے کو جذب نہ کریں تو اس سے گرمی دانے زیادہ نکلتے ہیں اور اگر کسی شخص کا مزاج اس نوعیت کا ہو کہ اس کے جسم پر پھوڑے پھنسیاں زیادہ نکلتے ہوں تو ان کو غیر جاذب پسینہ لباس سے زیادہ اذیت پہنچتی ہے۔

☆ موسم برسات میں بارشوں کی کثرت کے باعث جگہ جگہ پانی جوہڑوں کی شکل میں کھڑا ہوجاتا ہے اور اس کھڑے پانی پر مچھر پرورش پاتے ہیں اور ملیریا کی افزائش کا باعث بنتے ہیں۔ نیز رات کے وقت یہی مچھر آرام کی نیند میں حائل ہوتے ہیں۔ مچھر کے خاتمہ کیلئے ضروری ہے کہ کھڑے پانی کے نکاس کا انتظام کیا جائے اور کھڑے پانی پر مٹی کا تیل چھڑک دیا جائے اس کی ایک باریک تہہ سے مچھر کے سپورز کو ہوا نہیں ملتی اور وہ مرجاتے ہیں اور ان کی افزائش کا سلسلہ ختم ہوجاتا ہے۔ اسی طرح کونین یا حب کرنجوہ کو ہفتہ میں دو دفعہ استعمال کرنے سے بھی انسان ملیریا سے محفوظ رہتا ہے۔

بارشوں کی کثرت سے زمین اکثر گیلی اور نمدار رہتی ہے۔ اسی لیے دیواروں میں دوران بارش برقی رو آجاتی ہے اسی طرح برقی تاروں کے ٹوٹنے سے بھی بعض دفعہ شدید جانی نقصان ہوجاتا ہے اس لیے بہت احتیاط کی ضرورت ہے اور برقی تار کے ٹوٹنے کی صورت میں اسے خشک لکڑی سے دور کردینا چاہیے۔ اس کے علاوہ موسم گرما میں گرمی کی شدت کی وجہ سے برقی تاروں کے اوپر کا پلاسٹک کا کور بوسیدہ ہوجاتا ہے اور بارش کے قطرات اس پر پڑتے ہیں تو یہ پلاسٹک پھٹ جاتا ہے جس کے نتیجہ میں برقی تاریں ننگی ہوجاتی ہیں اور اکثر اس سے برقی کرنٹ لگنے کا خطرہ ہوتا ہے۔ برسات کی ابتداء سے پہلے ہی برقی رو کی ضروری مرمت کروالینی چاہیے۔

موسم برسات میں اکثر ہیضہ بھی وبائی صورت اختیار کرلیتا ہے اس کی اصل وجہ ہوا میں رطوبت کی زیادتی ہوتی ہے جس سے جراثیم کو پنپنے کا موقع خوب ملتا ہے اور نظام انہضام بھی زیادتی رطوبت سے کمزور ہوچکا ہوتا ہے لہٰذا ہیضہ کے جراثیم پینے کے پانی کے ذریعے شامل ہوکر مرض پیدا کرنے کا باعث بنتے ہیں۔ اس لیے ضروری ہوتا ہے کہ ان دنوں پینے کے پانی اور دودھ وغیرہ کو اچھی طرح ابال کر استعمال کیا جائے تاکہ ان میں موجود جراثیم تلف ہوجائیں۔ خاص طور پر موسم برسات میں ابلا ہوا پانی ٹھنڈا کرکے استعمال کرنا ہی فائدہ مند ہے۔

موسم برسات میں اکثر افراد کو کثرت سے پھوڑے پھنسیاں نکلتی ہیں ان کے ازالہ کیلئے روزانہ دن میں دو تین دفعہ پابندی سے اچھے صابن 'نیم سوپ' کاربالک سوپ یا ڈیٹول کے ساتھ غسل کرنا چاہیے نیز موسم برسات میں کثرت سے نیم پر لگنے والا پھل نمولی کو کھاتے رہنا چاہیے اس سے پھوڑے پھنسیوں سے نجات مل جاتی ہے۔

اس موسم میں نمی کی زیادتی سے تیارشدہ غذاؤں کا تعفن پیدا ہونا اور انہیں پھپھوندی لگنا عام مسئلہ ہے اور متعفن غذا کا استعمال نقصان کا باعث ہوتا ہے۔ ایسی غذا معدہ میں پہنچنے کے بعد نظام انہضام کو شدید متاثر کرکے قے اور اسہال کی تکلیف کا باعث بنتی ہے اس لیے موسم برسات میں غذائی اعتبار سے خصوصی احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے خصوصاً دہی بھلے' آلو رائتہ اور آلو کا سالن دوسرے وقت کیلئے نہیں رکھنا چاہیے کیونکہ یہ اشیاء بہت جلد متعفن ہوجاتی ہیں۔ پیاز غذا میں بہت زیادہ مفید ہے اور موسم برسات میں لاحق ہونیوالے اکثر عوارضات میں بہت نافع ہے۔

مسافران آخرت

ایڈیٹر ماہنامہ عبقری حکیم طارق محمود چغتائی صاحب کے بھانجے بقضائے الٰہی انتقال فرماگئے ہیں۔ قارئین سے ان کی مغفرت اور ایصال ثواب کی خصوصی درخواست ہے۔ تسبیح خانے کے مخلص خدمت کرنے والے بلال احمد کے والد محترم انتقال فرماگئے ہیں۔ قارئین سے ان کی مغفرت اور ایصال ثواب کی خصوصی درخواست ہے۔

جمادی الاخریٰ کے اسلامی وظائف

جائز حاجات پوری ہونگی

اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے، ایک مرتبہ معوذتین پڑھے اور سجدے میں جا کر تیس مرتبہ اِیَّاکَ نَعۡبُدُوَ اِیَّاکَ نَسۡتَعِیۡنُ o کہہ کر نہایت توجہ و یکسوئی سے بارگاہ الٰہی میں دعا مانگے، انشاءاللہ تعالیٰ جو بھی جائز حاجت ہ

اسلامی سال کے چھٹے مہینہ کا نام جمادی الاخریٰ ہے۔ جمادی الاخریٰ کی 22 تاریخ 13ھ کو سہ شنبہ کے دن حضرت عمر فاروقؓ خلیفہ منتخب ہوئے۔ یہ بہت بابرکت مہینہ ہے۔ اس مہینہ میں وظائف و نوافل پڑھنے کا بیان اس طرح سے ہے۔

ہر حاجت اور ہر طلب کیلئے

کسی قسم کی مالی پریشانی ہو یا گھریلو پریشانی ہو یا کوئی رکاوٹیں ہوں تو درج ذیل آیت کا کثرت سے ورد کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی ہر جائز حاجت کو پورا فرمائیں گے۔

اِیَّاکَ نَعۡبُدُوَ اِیَّاکَ نَسۡتَعِیۡنُ o یَااَللّٰہُ یَارَحۡمٰنُ

اِیَّاکَ نَعۡبُدُوَ اِیَّاکَ نَسۡتَعِیۡنُ o یَااَللّٰہُ یَارَحِیۡمُ

مصیبت کو ٹالنے کیلئے

درج ذیل آیت کو اٹھتے بیٹھتے نہایت توجہ اور یقین کے ساتھ پڑھیں اللہ تعالیٰ آپ کی تمام مصیبتوں کو ٹال دیں گے۔

فَاِنَّ مَعَ الۡعُسۡرِ یُسۡرًا o اِنَّ مَعَ الۡعُسۡرِ یُسۡرًا ط o

(پارہ 30 سورۂ الم نشرح، آیت نمبر 6,5)

گھر کاروبار کی خیر و برکت کیلئے

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ 786 بار پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک ماریں، پانی پر بھی تین بار پھونک ماریں جس جس گھر میں رہتے ہیں اس کی خیر و برکت کیلئے تین پھونکیں ماریں اور کاروبار کیلئے دکان یا کارخانہ یا ملازمت والی جگہ کی طرف تین پھونکیں ماریں۔ دم کیے ہوئے پانی سے تھوڑا پانی لیں گھر کی چھت پر چاروں کونوں میں پانی ڈالیں آسمانی بلائیں دور ہو جائیں گی۔ گھر کی دیواروں پر دم کیا ہوا پانی چھنکیں گھر کے اندر تعویذ دھاگہ نحوست کالا جادو ختم ہو جائے گا۔ انشاء اللہ باقی پانی پینے کیلئے ہے اس سے جسمانی شفاء اور روحانی علاج ہو جائے گا۔ یہ عمل انتہائی یقین کے ساتھ چند ماہ مستقل کریں، تمام مسائل حل ہو جائیں گے۔

جائز حاجات پوری ہونگی

پہلی شب: اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے، ایک مرتبہ معوذتین پڑھے اور سجدے میں جا کر تیس مرتبہ اِیَّاکَ نَعۡبُدُوَ اِیَّاکَ نَسۡتَعِیۡنُ o کہہ کر نہایت توجہ و یکسوئی سے بارگاہ الٰہی میں دعا مانگے، انشاءاللہ تعالیٰ جو بھی جائز حاجت ہوگی وہ پوری ہوگی۔ اس کے علاوہ پہلی رات کو نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز پڑھے اور جو جتنا بھی قرآن پاک پڑھ سکتا ہو، پڑھے۔ نماز وغیرہ سے فارغ ہو کر بکثرت استغفار اور درود پاک پڑھے۔

تقرب الٰہی کیلئے

نوافل: جمادی الاخریٰ کی پہلی شب کو عبادت کے ضمن میں بارگان دین نے یہ بھی بتایا ہے کہ بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے ادا کرے، اس کے علاوہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں تیرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ قرب الٰہی نصیب ہوگا۔

مفلسی اور تنگدستی سے نجات کیلئے

دسویں شب: اس ماہ کی دسویں شب کو بارہ رکعت نفل نماز اس طرح سے دو دو رکعت کر کے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ قریش پڑھے اور نماز سے فراغت کے بعد ایک مرتبہ سورۂ یوسف تلاوت کرے تو انشاءاللہ تعالیٰ اس کی مفلسی اور تنگدستی دور ہو جائے گی۔ سارا سال آفات و بلیات سے محفوظ رہے گا تنگی و عسرت نہ آئے گی۔

ثواب عظیم کیلئے

اکیسویں شب: جمادی الاخریٰ کی اکیسویں رات سے اس ماہ کی آخری شب تک روزانہ بلاناغہ نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ انشاءاللہ تعالیٰ بہت ثواب حاصل ہوگا۔

قبلہ حکیم صاحب کی مری آمد

قارئین کے اصرار پر 21 جون 2010ء بروز سوموار حکیم صاحب ایبٹ آباد کی بجائے ملینیئم مال مین مال روڈ نزد KFC مری میں صبح 9 بجے سے دوپہر 1 بجے تک روحانی و جسمانی مسائل کیلئے فری ملاقات کرینگے۔ زیادہ تعداد میں ملاقات نہ ہو سکے گی۔

مزید تفصیلات کیلئے 0323-7007438 پر رابطہ فرمائیں۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن، روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

اس ماہ روحانی محفل 13 جون بروز اتوار صبح 7 تا 8 بجکر 10 منٹ، 22 جون بروز منگل ایک بجکر 23 منٹ سے دوپہر 2 بجکر 35 منٹ، 30 جون بروز بدھ رات 7 تا 8 بجکر 12 منٹ تک حَسۡبُنَااللّٰہُ وَنِعۡمَ الۡوَکِیۡلُ یَا عَزِیۡزُ یَا نَصِیۡرُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فیصد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کیساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پیئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاءاللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) **1**۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آ جائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ **2**۔ خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفی عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

السلام علیکم! بعد از سلام عرض ہے کہ جب میں نے ماہنامہ عبقری کو ایک آدمی کے پاس پڑھتے ہوئے دیکھا دل بخوشی باغ باغ ہو گیا اور اس کے اندر جو نایاب اور بہت ضروری مضامین میں نے پڑھے تو خوشی کی انتہا نہ رہی یقیناً یہ ماہنامہ دکھی اور پریشان حال عوام الناس کیلئے اور خواص کیلئے بہترین نسخہ ہے۔ آپ حضرات کو یہ پڑھ کر خوشی ہوگی کہ میں ماہنامہ پڑھنے کے بعد اپنے دوست احباب کو دے دیتا ہوں تا کہ یہ ماہنامہ سارے ملک میں مشہور و مقبول (باقی صفحہ نمبر 45 پر)

اگر نیند نہ آئے: خشخاش کا تیل کنپٹی پر ملنے سے جلد نیند آ جاتی ہے ☆ پاؤں کا مساج کرنے سے بھی جلد نیند نہ آنے کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

اولیاءاللہ کے مستند روحانی وظائف

نام نہیں ہے

اگر کسی عورت کا خاوند کسی دوسری عورت سے ناجائز تعلقات رکھتا ہو یا حرام کی کمائی گھر میں لاتا ہوتو اسے باز رکھنے کیلئے 11 دن تک 141 مرتبہ اس دعا کو کسی کھانے کی چیز پر پڑھ کر دم کر کے کھلائیں انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

رزق میں ترقی کیلئے

حلال رزق میں ترقی وفراوانی کیلئے درج ذیل آیت کو 141 بار صبح کی نماز کے بعد یا عشاء کی نماز کے بعد پڑھیں۔ انشاء اللہ رزق میں ترقی اور مقصد میں کامیابی نصیب ہوگی۔

اَوَلَمْ نُمَكِّنْ لَّهُمْ حَرَمًا اٰمِنًا يُّجْبٰى اِلَيْهِ ثَمَرَاتُ كُلِّ شَيْءٍ رِّزْقًا مِّنْ لَّدُنَّا وَلٰكِنَّ اَكْثَرَهُمْ لَايَعْلَمُوْنَ.

(سورۃ القصص پارہ نمبر 20 آیت نمبر 57)

ترجمہ: کیا نہیں جگہ دی ہم نے امن والے حرم میں کھینچے چلے آتے ہیں اس کی طرف۔ میوے ہیں ہر چیز کے رزق ہے ہماری طرف سے اور لیکن اکثر ان میں سے نہیں جانتے۔

تنگدستی سے نجات کیلئے

تنگدستی اور افلاس سے نجات کیلئے اٹھتے بیٹھتے اس آیت کو پڑھیں انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔

وَكَاَيِّنْ مِّنْ دَآبَّةٍ لَاتَحْمِلُ رِزْقَهَا اَللّٰهُ يَرْزُقُهَا وَاِيَّاكُمْ وَهُوَالسَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ.

(سورۃ العنکبوت پارہ نمبر 21' آیت نمبر 60)

ترجمہ: اور کتنے چلنے والے ہیں بیچ زمین کے نہیں اٹھائے پھرتے رزق اپنا اللہ رزق دیتا ہے ان کو اور تم کو وہ سننے والا اور جاننے والا ہے۔

اولاد نرینہ کیلئے

جواز دواجی جوڑے اولاد کی نعمت سے سے محروم ہوں وہ اس آیت کو 41 بار پڑھ کر دودھ پر پھونکیں اور پھر دونوں میاں بیوی پیئیں اس عمل کو تین مہینے تک انتہائی یقین کیساتھ کریں۔

وَمِنْ اٰيٰتِهٖٓ اَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوْا اِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَّوَدَّةً وَّرَحْمَةً ط

(سورۃ الروم پارہ نمبر 21 آیت نمبر 21)

غصے سے نجات کیلئے

وہ شخص جس کو بات بات پر غصہ آجاتا ہو یا کسی کی بات برداشت کرنے کی ہمت نہ رکھتا ہو یا اپنے جذبات پر قابو رکھنے صلاحیت نہ ہو تو ایسے شخص کو چاہیے کہ وہ درج ذیل آیت کا اٹھتے بیٹھتے کثرت سے ورد کرے۔

وَاَلَنَّا لَهُ الْحَدِيْدَ (سورۃ صبا۔ پارہ نمبر 22 آیت نمبر 10)

ترجمہ: اور ہم نے اس کیلئے لوہے کو نرم کردیا۔

گھریلو جھگڑوں سے یقینی نجات

جب مشکلات' گھریلو ناچاقیاں روزانہ کے گھریلو جھگڑے آپ کو مایوس کردیں تو اس پریشانی کے عالم میں اس دعا کو پڑھیں اللہ اپنے حکم سے اس پریشانی کو دور کردے گا۔

وَقَالُوا الْحَمْدُلِلّٰهِ الَّذِيْٓ اَذْهَبَ عَنَّا الْحَزَنَ ط اِنَّ رَبَّنَا لَغَفُوْرٌ شَكُوْرُ. (سورۃ فاطر۔ پارہ نمبر 22 آیت نمبر 34)

ترجمہ: سب تعریف اللہ کے لیے ہی ہے جس نے غم کو ہم سے دور کیا بے شک ہمارا رب البتہ بخشنے والا قدردان ہے۔

ترقی حافظہ کیلئے

دین سے غافل لوگوں کیلئے یا جن لوگوں سے یاد نہیں ہوتا یا وہ یاد کر کے بھول جاتے ہیں۔ وہ دن میں کسی بھی نماز کے بعد اس آیت کو 41 بار پڑھ کر اپنے سینے پر پھونک لیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

اَفَمَنْ شَرَحَ اللّٰهُ صَدْرَهٗ لِلْاِسْلَامِ فَهُوَ عَلٰى نُوْرٍ مِّنْ رَّبِّهٖ ط (سورۃ الزمر۔ پارہ نمبر 23 آیت نمبر 22)

ترجمہ: پس جس شخص کیلئے اللہ اسلام کیلئے سینہ کھول دے پس وہ نور پر ہے اپنے رب کی طرف سے۔

ذہنی سکون کیلئے

ذہنی سکون اور قلبی راحت کیلئے صبح اور عشاء کی نماز کے بعد 33 دفعہ درج ذیل آیتوں کو بلاناغہ تسلسل کیساتھ پڑھیں۔

فَهُوَفِيْ عِيْشَةٍ رَّاضِيَةٍ o فِيْ جَنَّةٍ عَالِيَةٍo قُطُوْفُهَادَانِيَةٌ o كُلُوْاوَاشْرَبُوْاهَنِيْٓـًٔا م بِمَآ اَسْلَفْتُمْ فِي الْاَيَّامِ الْخَالِيَةِo (سورۃ الحاقہ پارہ نمبر 29، آیت نمبر 21 سے 24

ترجمہ: پس وہ بیچ زندگانی میں خوش ہیں۔ بلندی والی جنت میں ہیں میوے اس کے نزدیک ہیں کھاؤ اور پیو اس سبب کے جو کر چکے ہو تم گزرے ہوئے دنوں میں۔

جادو جنات سے نجات کیلئے

اگر کسی کو شک ہو کہ اس پر جادو کیا گیا ہے یا علامتیں محسوس ہورہی ہوں تو جادو کے اثر کو ختم کرنے کیلئے 11 دن تک 100 دفعہ پڑھ کر اپنے اوپر پھونکیں یا اور کسی پر شک ہو تو اس پر پڑھ کر پھونکیں۔ اس دعا کے دوران کوئی دوسرا عمل نہ پڑھیں۔

قُلْنَا لَا تَخَفْ اِنَّكَ اَنْتَ الْاَعْلٰى o وَاَلْقِ مَافِيْ يَمِيْنِكَ تَلْقَفْ مَاصَنَعُوْا ط اِنَّمَا صَنَعُوْا كَيْدُ سٰحِرٍ ط وَلَايُفْلِحُ السّٰحِرُ حَيْثُ اَتٰى o (پ16، آیت 69,68

شوہر کو راہ راست پر لانے کیلئے

سورۃ طٰہٰ)

اگر کسی عورت کا خاوند کسی دوسری عورت سے ناجائز تعلقات رکھتا ہو یا حرام کی کمائی گھر میں لاتا ہو تو اسے باز رکھنے کیلئے 11 دن تک 141 مرتبہ اس دعا کو کسی کھانے کی چیز پر پڑھ کر دم کر کے کھلائیں انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔

قُلْ لَّايَسْتَوِي الْخَبِيْثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ اَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيْثِ ج فَاتَّقُوا اللّٰهَ يٰاُولِي الْاَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ

بچیوں کے پیغام نکاح کیلئے

تُفْلِحُوْنَo (پ7، آیت 100 سورۃ المائدہ)

اگر کسی لڑکی کیلئے رشتہ نہ آتا ہو یا رشتہ آتا ہو مگر پسند نہ آتا ہو تو وہ 113 دفعہ اس دعا کو اور تین دفعہ سورۃ الضحیٰ پڑھیں۔ ہر مہینے 11 تک پڑھیں اور 3 مہینے یہ عمل جاری رکھیں۔ یہ عمل بچی خود پڑھے اور اس کے والدین بچی کا نام لیکر مقصد کا تصور کر کے توجہ اور یقین کیساتھ پڑھیں۔

رَبِّ اِنِّيْ لِمَآ اَنْزَلْتَ اِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيْرٌo

دھماکہ خیز خاص نمبر کا اعلان

قارئین کے خصوصی مشاہدات اور تجربات نمبر کے عنوان سے صرف قارئین کے طبی اور روحانی تجربات ہی قارئین تک پہنچائیں گے۔ یہ صدیوں تک کارِخیر کا ذریعہ ہے۔ لہٰذا ہر قاری کو چاہئے وہ حکیم، ڈاکٹر، عامل یا کاروباری ہے یا گھریلو عورتیں ہی کیوں نہ ہوں اپنے نہایت آزمودہ اور حلفیہ صرف تین تجربات ارسال کریں۔ اب آپ چاہیں تو خاص ایڈیشن جلدی شائع ہو تو فوراً قلم اٹھائیے اور اپنے تین حلفیہ تجربات جتنی جلدی بھیجیں گے اتنی جلدی شائع ہونگے۔ صرف تین طبی یا روحانی وہ تجربات ہوں جو صرف اور صرف نہایت آزمودہ ہوں۔ ہر تحریر تفصیل اور واقعات کے ساتھ لکھیں۔ چاہے بے ربط لکھیں، کاغذ کے ایک طرف لکھیں۔ (ادارہ)

انوکھا پھل انوکھے کرشمے

ڈاکٹر شاہد صدیق، لاہور

کچا اور پکا ہوا آم دونوں صورتوں میں طبی افادیت سے بھرپور ہوتا ہے۔ کچا آم ترش' قابض اور دافع سکروی ہوتا ہے۔ کچے آم کا چھلکا قابض اور مقوی ہوتا ہے۔ آم کے پیڑ کی چھال بھی قابض اور نسیجی بافتوں کیلئے مسکن ہوتی ہے۔ آم کا اچار پورے برصغیر میں بہت مقبول اور مرغوب ہے

آم موسم گرما کا ایک گراں قدر تحفہ ہے پاک و ہند کا مقبول ترین پھل ہے۔ اپنی شیرینی اور حلاوت کی وجہ سے پوری دنیا میں سب سے زیادہ پسند کیا جانے والا پھل ہے۔ یہ ایک قیمتی غذا اور گھریلو علاج کی چیز ہے۔ ویدوں میں آم کو سورگ کا پھل کہہ کر بہت تعریف کی گئی ہے

غذائی شفابخش اور طبی استعمال: کچا اور پکا ہوا آم دونوں صورتوں میں طبی افادیت سے بھرپور ہوتا ہے۔ کچا آم ترش' قابض اور دافع سکروی ہوتا ہے۔ کچے آم کا چھلکا قابض اور مقوی ہوتا ہے۔ آم کے پیڑ کی چھال بھی قابض اور نسیجی بافتوں کیلئے مسکن ہوتی ہے۔ آم کا اچار پورے برصغیر میں بہت مقبول اور مرغوب ہے۔ لیکن اگر یہ بہت کٹھا' مصالحے دار اور بہت زیادہ تیل میں ڈوبا ہوا ہو تو صحت کیلئے نقصان دہ ہے۔ جو لوگ جوڑوں کی سوزش اور درد میں مبتلا ہوں انہیں خاص طور پر اس سے پرہیز کرنا چاہیے۔ ناک کی ہڈی کی سوزش' گلے کی خراش اور تیزابیت کے شکار لوگوں کو اچار سے مکمل پرہیز کرنا چاہیے۔

پکا ہوا آم دافع سکروی' پیشاب اور ملین' مقوی اور وزن بڑھانے والا پھل ہے۔ یہ دل کے پٹھوں کو مضبوط بناتا ہے۔ رنگت صاف کرتا ہے اور بھوک بڑھاتا ہے۔ اس کا استعمال بدن میں سات چیزوں کو بنانے میں مدد دیتا ہے۔ معدے کی ہضم کرنے والی رطوبت' خون' چربی' ہڈیوں کا گودا اور مادہ منویہ' آم کا پھل جگر کی خرابیوں' وزن کی کمی اور دیگر جسمانی بے قاعدگیوں کو بھی دور کرتا ہے۔

کچے آم کے فوائد

لولگنا: ادھورا پکا ہوا آم دھوپ کی حدت اور گرم ہوا کے اثرات کو ختم کرتا ہے۔ نیم پختہ یعنی کچے پکے آم کو گرم راکھ میں پکا کر اس کے گودے کو پانی اور چینی میں ڈال کر ایک مشروب تیار کرلیا جاتا ہے۔ یہ مشروب ہیٹ سٹروک یعنی لو لگنے کے بداثرات دور کرنے میں انتہائی مؤثر ہے۔ کچے آم کو نمک لگا کر کھانا پیاس کی شدت مٹاتا ہے۔ اس کا استعمال گرمیوں میں اضافی پسینے سے سوڈیم کلورائیڈ کی کمی کو دور کرتا ہے۔

معدے اور انتڑیوں کی بے قاعدگیاں: کچے سبز آم معدے اور انتڑیوں کے علاج کیلئے بہت مفید ہیں۔ ایک یا دو کچے آم جن کی گٹھلی ابھی پوری طرح نہ بنی ہو نمک اور شہد کے ساتھ کھانا گرمی' اسہال' پیچش' بواسیر' صبح کے اضمحلال' پرانی بدہضمی' فساد ہضم اور قبض کیلئے بہت مؤثر علاج ہے۔

کچے آم صفراوی بیماریوں میں بھی عمدہ علاج بالغذا ہیں۔ کچے آم میں پائے جانے والے ایسڈز صفراء کا اخراج بڑھا دیتے ہیں اور انتڑیوں کے لیے جراثیم کش مادے کا کردار ادا کرتے ہیں۔ کچے آم روزانہ شہد اور کالی مرچ کے ساتھ کھانا صفراء سے نجات دیتا ہے۔ بیکٹیریا کی وجہ سے پروٹین کے جزو بدن نہ بننے کی کیفیت' یرقان اور چھپا کی میں بھی مؤثر رہتا ہے۔ کچے آم کا مذکورہ استعمال جگر کو تقویت دیتا ہے اور اسے صحت مند رکھتا ہے۔

خون کی بیماریاں: کچا سبز آم وٹامن سی کی وافر مقدار کے سبب خون کے امراض کا بھی کارگر علاج ہے۔ یہ خون کی نالیوں کی لچک میں اضافہ کرتا ہے اور خون کے نئے خلیے بنانے میں مدد دیتا ہے۔ اس کے استعمال سے غذائی فولاد (فوڈ آئرن) کا انجذاب بڑھتا ہے جبکہ خون کا اخراج رکتا ہے۔ یہ تپ دق' انیمیا' ہیضہ اور پیچش کے خلاف بدن میں مزاحمت بڑھاتا ہے۔

بالوں کی سیاہی کیلئے: کچے آموں کو تل کے تیل میں ڈال کر ہمراہ سیاہ بکھڑے کے شیرے وزن بالترتیب ایک کلو آدھ پاؤ تیل اور ایک پاؤ شیرہ کسی لوہے کے برتن میں ڈال کر منہ بند کر کے چار ماہ تک زمین میں دفن کر کے نکال کر تھوڑا تھوڑا روزانہ کھانا سے سفید بال سیاہ ہوجاتے ہیں۔

پکے آم کے فوائد

آنکھوں کی بیماریاں: شب کوری یعنی رات کو نظر نہ آنے یا کم روشنی میں دیکھ نہ سکنے کے مرض میں پکا ہوا آم بہترین علاج ہے۔ یہ مرض وٹامن اے کی کمی کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔ یہ مرض غریب والدین کے بچوں میں غذائیت کی کمی کے سبب بہت عام ہے۔ آم کے موسم میں ان کا خوب استعمال اس مرض کے تدارک میں معاون رہتا ہے۔ ان کا استعمال کئی اور امراض چشم کو بھی دور کرتا ہے جو انجام کار مکمل اندھے پن کی طرف لے جاتے ہیں۔ آموں کا وافر استعمال بھینگے پن' آنکھوں کی خشکی' قرنیہ کی نرمی اور آشوب چشم کے امراض کو بڑھنے سے روکتا ہے۔

انفیکشن: تمام بیکٹیریا کا حملہ اس لیے ممکن ہوتا ہے کہ جسم کی خارجی تہہ بنانے والی بافتیں کمزور ہوجاتی ہیں۔ آم کے موسم میں اس کا آزادانہ استعمال بافتوں کی اس کمزوری کو دور کرتا ہے۔ چنانچہ بیکٹیریا کا جسم میں داخلہ ممکن نہیں رہتا۔ اس کیفیت کے بعد پے در پے انفیکشن مثلاً نزلہ' زکام اور ناک کے استر لی سوزش رونما نہیں ہوئی۔ اس تحفظ کی وجہ آم میں پائی جانے والی وٹامن اے کی وافر مقدار ہے۔

وزن کی کمی: وزن میں کمی کی صورت میں آم اور دودھ کا استعمال زبردست اور مثالی علاج ہے۔ اس انداز کے علاج کیلئے ہمیشہ خوب پکے ہوئے اور میٹھے آموں کا انتخاب کرنا چاہیے اور انہیں دودھ کے ساتھ دن میں تین بار یعنی صبح' دوپہر اور شام لینا چاہیے۔ پہلے آم کھائیں اور ان کے بعد دودھ پئیں۔ چونکہ آم میں بذات خود وافر مقدار میں شکر ہوتی ہے اس لیے دودھ چینی کے بغیر پئیں۔ آم میں شکر تو ہوتی ہی ہے لیکن پروٹین کی کمی ہوتی ہے۔ دوسری طرف دودھ میں پروٹین ہوتی ہے لیکن شکر نہیں ہوتی۔ اس طرح ان دونوں کا امتزاج ایک دوسرے کی کمی دور کردیتا ہے۔ کم از کم ایک ماہ استعمال کریں۔

ذیابیطس: ذیابیطس کے مرض میں آم کے پیڑ کے نوخیز پتے بہت مفید سمجھے جاتے ہیں۔ تازہ پتوں کو رات بھر پانی میں بھگوئے رکھنے کے بعد صبح پانی کو چھاننے سے پہلے یہ پتے اسی پانی میں اچھی طرح نچوڑ لیے جائیں۔ یہ مشروب روزانہ صبح پینے سے ذیابیطس کے مرض پر قابو پانے میں مدد ملتی ہے۔ اس مشروب کے متبادل کے طور پر تازہ پتوں کو سائے میں خشک کرلیا جاتا ہے۔ پھر ان کا سفوف بنا کر محفوظ کر لیتے ہیں۔ یہ سفوف دن میں دو بار یعنی صبح و شام آدھا چائے کا چمچہ پانی کے ساتھ استعمال کرنا چاہیے۔

تپ دق سے نجات کیلئے: تازہ آموں کا رس 20 تولہ شہد پانچ تولہ ملا کر صبح شام استعمال کریں اور دن رات میں کم از کم تین بار گائے یا بکری کا دودھ 21 دن تک استعمال کرنے سے تپ دق کے لاعلاج مرض سے بھی مریض صحت یاب ہوجاتا ہے۔

گلے کی بیماریاں: آم کی چھال خناق اور گلے کی دیگر بیماریوں کے علاج میں کارآمد ہے۔ اس کا سیال بیرونی مالش اور غراروں کیلئے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ غرارے کرنے کیلئے بنایا جانے والا مشروب 125 ملی لٹر چھال کو ابال کر بنایا جاتا ہے۔

بچھو کا ڈنگ: آم کا پھل توڑنے کے وقت شاخ سے جو رس نکلتا ہے اسے بچھو کے ڈنک پر لگایا جائے تو فوراً درد دور ہوجاتا ہے۔ شہد کی مکھی کے ڈنک پر بھی یہی رس جمع کر کے بوتل میں محفوظ کر لینا چاہیے۔

آم کھانے کے بعد جامن کھالینے سے آم جلد ہضم ہوجاتے ہیں کیونکہ جامن آپ کا مصلح ہے۔

تفکرات سے نجات: جو شخص اَلْقُدُّوْسُ کا ورد روزانہ سو مرتبہ کرتا رہے گا اسے اللہ تعالیٰ تمام تفکرات سے نجات دیں گے۔ انشاءاللہ

کانوں میں شور ❁ پیٹ میں گرمی ❁ میری پریشانی ❁ درد سینہ ❁ میگرین ❁ جوڑوں میں درد

پہلے ان ہدایات کوغور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ**: وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

کانوں میں شور

میری عمر تقریباً 24 سال ہے۔ آج سے تقریباً دس سال قبل میرے کانوں میں آہستہ آہستہ آوازیں آنا شروع ہوئیں جس سے آہستہ آہستہ سماعت پر اثر پڑنا شروع ہوا۔ پہلے ایلوپیتھک علاج کروایا، تین ماہ دوائی کھائی ڈاکٹر نے سماعت کی کمی پوری کرنے اور شور ختم ہونے کی دوائی دی لیکن بالکل افاقہ نہیں ہوا پھر ہومیوپیتھی علاج ایک سال کروایا، شروع میں گلے میں ٹانسلز کا بھی مسئلہ تھا جو کہ ہومیوپیتھی علاج سے کافی حد تک کم ہوا لیکن کانوں کا مسئلہ روز بروز بڑھتا ہی گیا۔ سماعت کمزور ہوتی گئی اور شور بڑھتا گیا۔ گلا بس اتنا ٹھیک ہے کہ کھٹی چیز کوئی نہیں کھاتی ورنہ پھر خراب ہوجاتا ہے۔ آواز کافی بھاری ہوگئی ہے اب چھ ماہ پہلے ایک ہومیوپیتھی ڈاکٹر سے کانوں کا علاج شروع کروارہی ہوں وہ اچھی خوراک اور ذہن پر کوئی ٹینشن نہ لینے کی تلقین کے ساتھ تیل کی مالش کا کہتے ہیں۔ میری سماعت میں اب جو فرق ہے صرف پاس بیٹھے انسان کی بات ٹھیک سن سکتی ہوں ورنہ باتوں کی سمجھ ہی نہیں آتی کہ کون کیا کہہ رہا ہے۔ دوسرا مسئلہ جس کیلئے میں نے خط لکھا وہ یہ ہے کہ مجھے لیکوریا کی بھی بیماری ہے اس کیلئے بھی کوئی دوا بتائیں۔

مشورہ: سادہ خمیرہ گاؤزبان دس گرام روزانہ صبح نہار منہ پندرہ دن تک کھا کر دوبارہ حال لکھیں۔

میگرین

میری عمر 20 سال ہے اور گزشتہ سال سے میں آدھے سر کے درد کا شکار ہوں جسے ڈاکٹر میگرین بتاتے ہیں۔ علاج کروا کر عاجز آچکی ہوں۔ سی ٹی سکین بھی کروایا لیکن رپورٹیں نارمل ہیں۔ درد کی کیفیت کچھ یوں ہے کہ یہ کسی بھی وقت ہوتا ہے تو صبح تک ٹھیک ہوجاتا ہے اور کبھی شروع ہوتو ہفتوں دردرہتا ہے۔ کسی بھی چیز سے آرام نہیں آتا۔ درد کے وقت آنکھوں میں بوجھ رہتا ہے جیسے بہت سخت نیند آتی ہو۔ اس کے علاوہ بہت زیادہ چڑچڑی ہوجاتی ہوں۔ بات بات پر شدید غصہ آتا ہے۔ نماز پڑھنا بھی مشکل ہوجاتا ہے کیونکہ سجدہ کرتے وقت یوں محسوس ہوتا ہے کہ ابھی دماغ کی نسیں پھٹ کر باہر نکل آئیں گی۔ زیادہ تر بائیں جانب درد رہتا ہے یوں محسوس ہوتا ہے کہ درد کی وجہ سے بال بھی کمزور ہوگئے ہیں۔ یہ بیماری میری پھوپھو کو بھی تقریباً 25 سال سے ہے جتنا عرصہ میں نے علاج کروایا ہے درد اور شدت اختیار کرتا گیا شروع میں تو ڈسپرین کی گولیوں سے آرام آجاتا تھا لیکن اب کوئی چیز بھی اثر نہیں کرتی۔ گھر میں رہوں تو کبھی کبھار آرام آجاتا ہے لیکن کبھی اگر باہر چلی جاؤں تو پھر بہت زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ درد کی شدت میں ایک آنکھ کی بینائی متاثر ہورہی ہے۔ آنکھ کے پردے پر بار بار جالا سا بنتا رہتا ہے میں نظر بھی ٹیسٹ کرواچکی ہوں نظر بالکل ٹھیک ہے۔

(فاطمہ صادق۔ لانڈھی)

مشورہ: بظاہر تو یہ میگرین یعنی درد شقیقہ ہی معلوم ہوتا ہے۔ اطریفل کشنیزی تین گرام جوارش شاہی چھ گرام ملا کر صبح و شام کھائیں۔ دس بارہ دن کے بعد دوبارہ کیفیت لکھیں۔ غذا میں سبزیاں، تازہ پھل مفید ہیں۔ درد شقیقہ کا طب یونانی میں شافی علاج موجود ہے۔ فائدہ ہوجاتا ہے پھر نہیں ہوتا۔

جوڑوں میں درد

اچانک پاؤں کے انگوٹھے میں درد ہوگیا، جوڑ سوج گیا۔ چلنا پھرنا دشوار ہے۔ مقامی حکیم نے گولیاں اور مالش کا تیل دیا ہے جس سے وقتی فائدہ ہے۔ **(نگہت، گلگت)**

مشورہ: غذا کے بعد ادرک کا مربہ کھائیں اور ہر قسم کا گوشت بند کردیں۔ یورک ایسڈ ٹیسٹ کروائیں۔

پیٹ میں گرمی

میرے پیٹ کی حالت ٹھیک نہیں ہے۔ آپ نے ایسی کیفیت میں کسی کو سفوف نمک سلیمانی کا مشورہ دیا تھا جس پر میں نے بھی عمل کیا۔ غذا کے بعد دو گرام نمک سلیمانی کھایا مگر مجھے اس سے بالکل فائدہ نہیں ہوا۔ میرے پیٹ میں گرمائش بہت زیادہ ہے جو غذا کے بعد اور بھی زیادہ ہوجاتی ہے اور ایسا معلوم ہوتا ہے کہ گرم بھاپ پیٹ میں ایک جگہ جمع تھی کھانا کھاتے ہی وہ پورے بدن میں پھیل گئی۔ ہتھیلیاں جلنے لگتی ہیں۔ آنکھیں جلنے لگتی ہیں۔ پیشانی تپنے لگتی ہے۔ خمار ہونے لگتا ہے کام کاج مشکل ہوجاتا ہے۔ میں ایک بڑے محکمہ کو سنبھالتی ہوں۔ ذمہ داریاں زیادہ اور بہت نازک ہیں۔ کوئی مفید مشورہ عنایت ہو۔ **(م۔ت۔ اسلام آباد)**

مشورہ: اصل میں یہ شکایت تبخیر معدہ کی وجہ سے ہے اس تبخیر کی کیفیت کو زائل کرنے کیلئے یہ دوا ہمارے مجربات میں سے ہے۔ سونف، دھنیا، چھوٹی الائچی کے دانے، اصلی طباشیر کبود چاروں دوائیں ہم وزن لے کر کوٹ چھان لیں اور چوتھائی چمچ چائے والا غذا کے بعد دوپہر رات کو پانی سے پھانک لیا کریں۔

میری پریشانی

تقریباً چار سال پہلے جب میری عمر سولہ سال تھی مجھے تین ماہ تک ماہانہ ایام نہیں آئے۔ اس وقت مجھے اس بات کا علم نہ تھا کہ یہ کیا مرض ہے۔ تین ماہ بعد میری طبیعت خودبخود ٹھیک ہوگئی۔ لیکن مجھے ماہانہ ایام دس دن تک آنا شروع ہوگئے اس دوران مجھے قبض کی شکایت بہت زیادہ رہنے لگی۔ ماہانہ ایام سے فارغ ہونے کے بعد تقریباً آٹھ دن تک پانی آتا رہتا ہے۔

(غزل، سیالکوٹ)

مشورہ: معجون سپاری پاک چھ گرام صبح دودھ سے کھائیں۔ گوشت روٹی کھائیں۔ ایک مہینے کے بعد لکھیں۔

کھانے کو دل نہیں چاہتا

مجھے کافی عرصے سے لیکوریا کی شکایت ہے بعد میں مجھے علم ہوا کہ یہ مرض کمزوری کی وجہ سے ہوتا ہے۔ میں نے کچھ عرصہ خوراک درست رکھی ٹھیک ہی مگر اب مسئلہ یہ ہے کہ لیکوریا بے حد ہے کھانے کو دل بالکل نہیں چاہتا۔ بھوک لگتی ہے مگر کوئی چیز کھانے کیلئے دل ہرگز نہیں مانتا۔ بی ایس سی میں میں فرسٹ آئی اب آگے ایڈمیشن لینے کو دل نہیں کرتا۔

(ز۔ح مسلم ٹاؤن، فیصل آباد)

مشورہ: گل سپاری، گل پستہ، گوند ڈھاک تینوں دوائیں چار چار تولہ اندر جوشریں، اسگندنا گوری دو تولہ، کشتہ قلعی بھنگی اصلی صحیح بنا ہوا کشتہ مرجان اصلی عمدہ بنا ہوا ہر ایک تین ماشہ کشتہ عقیق عمدہ اصلی ڈیڑھ ماشہ، چینی آٹھ تولہ کوٹ چھان کر باریک پاؤڈر بنالیں۔ یہ پاؤڈر پانچ سو ملی گرام والے کیپسولوں میں بھرلیں۔ ایک ایک کیپسول دن میں تین بار پانی سے کھائیں۔ غذا اچھی رکھیں۔ انشاء اللہ اکیس یوم میں فائدہ ہوگا۔

دردسینہ

بچپن سے نزلہ زکام کی مریضہ ہوں۔ سینے میں اکثر درد رہتا ہے جس سے سانس لینے میں تکلیف ہوتی ہے اور دھانس رہتی ہے جس سے ہروقت کھانسی کا احساس ہوتا ہے۔ کھانسی ہوتی رہتی ہے۔ دوسرے ممالک میں باہر سے دوا لانے کی ایک ہی صورت ہے کہ مریض ساتھ لے جائے باقی اور کوئی ذریعہ نہیں۔ دوا کا معاملہ ایسا ہے کہ ہر کوئی ڈرتا ہے اس لیے کوئی آسان سی دوا بتادیں جس سے میرا مسئلہ حل ہو۔

(نورین، کوپن ہیگن ڈنمارک)

مشورہ: گڑ کی چائے پئیں۔ پرانے طرز کی گاڑھی چائے گڑ کی بنا کر ہر روز سوتے وقت پی لیا کریں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ چائے پینے کے بعد صبح تک پانی نہ پئیں۔

کان میں پیپ

میری عمر 70 سال ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ جب میں دس سال کا تھا تو میرے بائیں کان میں درد ہوکر پیپ آنی شروع ہوگئی۔ علاج کروانے سے دونوں کانوں کی سماعت نہ صرف متاثر ہوئی بلکہ پیپ اور زیادہ آنے لگی۔ دونوں کانوں میں سائیں سائیں آوازیں آنا شروع ہوگئی ہیں۔ انجیر والا نسخہ استعمال کیا تو میرے کانوں سے پیپ آنی بند ہوگئی۔ اب میرا بایاں کان بالکل بہرہ ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ پردہ کمزور ہوگیا ہے اس وجہ سے سماعت کمزور ہے۔ میں دائیں کان میں آلہ لگا کر گزارہ کرتا ہوں اب کانوں سے پیپ بالکل نہیں آتی لیکن دونوں کانوں سے سائیں سائیں کی آوازیں آتی ہیں جو کہ کبھی بند نہیں ہوتی۔ رات کو زیادہ ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے میری نیند بھی خراب ہوجاتی ہے۔ اس کے ساتھ دونوں کانوں سے خشکی سے بنے ہوئے کھرنڈ نکلتے ہیں۔ میں عرض کروں کہ ہائی بلڈ پریشر کا مریض ہوں اور اس کیلئے انگریزی دوائی استعمال کرتا ہوں۔ کبھی کبھی نیند والی گولی بھی لینی پڑتی ہے۔

(منظور احمد۔ فیصل آباد)

مشورہ: آپ خمیرہ گاؤزبان عنبری پانچ گرام صبح نہار منہ اصلی چاندی کے ورق میں لپیٹ کر کھائیں۔ پندرہ دن کے بعد دوبارہ کیفیت لکھیں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیاتوری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، لیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

چہرے پر سرخی کیلئے: اخروٹ کے مغز کو پیس کر سرکہ ملا کر منہ پر لیپ کرنے سے چہرے پر سرخی آجاتی ہے۔

خوبصورتی کی دنیا میں ایک نیا انقلاب

یاسمین عبدالعزیز

ایک خاتون جن کی عمر اس وقت 51 برس ہے۔ اس ترکیب پر عمل کروانے کے بعد اپنے تاثرات بیان کرتی ہیں۔ ''جب میرے چہرے پر عمر کے اثرات واضح ہوگئے اس وقت آکسیجن فیشل نے بہت کام دکھایا۔ جلد کی جھریاں غائب ہوگئیں اور ان میں تازگی دوڑ گئی''

بے داغ اور صاف شفاف جلد ہر عمر میں اپنی طرف مائل کرلیا کرتی ہے۔ یہ ایک ایسا خواب ہے جو ہر عورت کی آنکھوں میں ہوتا ہے چاہے پندرہ سال کی ہو یا پچاس کی۔ آج کل جلد کو تروتازہ اور زندگی سے بھرپور کرنے کا نسخہ تازہ آکسیجن کے استعمال کا ہے جس کے استعمال سے جلد کے خلیات سانسیں لینے لگتے ہیں اور ان میں زندگی کی نئی لہر دوڑ جاتی ہے۔

سائنس دانوں نے اس طریقے کو بہت بہتر طور پر آزمایا ہے۔ اس طرح جلد کے مسامات کھل جاتے ہیں۔ پسینہ اپنی روانی پر آجاتا ہے اور اندر سے مرجھا جانے والی جلد پھر سے نئی زندگی حاصل کرنے لگتی ہے۔ تازہ ہواؤں کے چاروں طرف پھیلی ہوئی کثافت اور غلاظت نے فضاء کو زہر آلود کردیا ہے۔ ایسی صورت میں جب آپ کے پھیپھڑوں کو تازہ ہوا نہیں ملتی تو آپ کی جلد کو کہاں سے ملے گی۔ اب صورت حال تبدیل ہونے لگی ہے۔ اب تبدیلی اس لیے نہیں آئی کہ ماحول بہت صاف ستھرا ہوگیا ہے بلکہ ضرورت ایجاد کی ماں ہے کے تحت اب جگہ جگہ ایسے کلینک اور سیلون کھل گئے ہیں جو آپ کے پھیپھڑوں اور جلد کو آکسیجن ٹریٹمنٹ دیا کرتے ہیں۔ یہ ٹریٹمنٹ آکسیجن کے ساتھ مختلف روغنیات کی آمیزش سے دی جاتی ہے اور صرف چہرہ ہی نہیں بلکہ پورے جسم کی جلد اس طریقۂ علاج سے تروتازہ رہتی ہے۔

آکسیجن فیشل: فیشل بہت عام طریقہ ہے آپ نے ہر بیوٹی پارلر میں دیکھا یا سنا ہوگا کہ وہاں فیشل کیا جاتا ہے۔ یہ فیشل مختلف کریمز اور لوشن وغیرہ کے ذریعے ہوتا ہے جدید اسکن ٹریٹمنٹ بے شمار مرحلوں سے گزرتی ہے۔ ان میں آج کل سب سے زیادہ اہم اور مفید آکسیجن فیشل ہے۔ ایک خاتون جن کی عمر اس وقت 51 برس ہے۔ وہ اس ترکیب پر عمل کروانے کے بعد اپنے تاثرات بیان کرتے ہوئے بتاتی ہیں۔ ''جب میرے چہرے پر عمر کے اثرات واضح ہونے لگے تو اس وقت آکسیجن فیشل نے بہت کام دکھایا۔ اس کی وجہ سے جلد کی جھریاں غائب ہونے لگیں اور ان میں تازگی دوڑ گئی'' وہ کہتی ہیں ''یہ عمل بہت شگفتہ اور ریلیکس کردینے والا ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ آکسیجن میں 0.2 پوائنٹ آکسیجن اور بنیادی روغنیات کے علاوہ جیل اور موئسچرائزنگ کریم بھی شامل کرلی جاتی ہے۔ ان سب چیزوں کے استعمال اور مساج سے جلد کے مسام کھلنے لگتے ہیں اور جلد کی اندرونی سطح پر جس قسم کی جھریاں نمودار ہوجاتی ہیں یہ عمل ان جھریوں اور شکنوں کو دور کردیتا ہے۔ جلد میں خون کی روانی تیز ہوجاتی ہے اور اس کے نتیجے میں جلد گلابی مائل اور شفاف ہوجاتی ہے اس کے مسامات کھل جاتے ہیں اور وہ باہر کی نمی کو بآسانی جذب کرلیتی ہے۔ آکسیجن فیشل کے عمل کے مندرجہ ذیل مراحل ہیں۔

1۔ جلد کو ایکس فولیانٹ انزائم سے صاف کیا جاتا ہے۔ یہ انزائم ویجی ٹیبل انزائم جیسا ہوتا ہے اور اس میں Papain شامل ہوتا ہے۔ یہ مردہ خلیات کو ہٹا دیتا ہے۔ اس عمل کے بعد جلد کو ڈسٹل واٹر سے دھویا جاتا ہے۔

2۔ اس کے بعد بنیادی روغنیات کی ایک تہہ پوری جلد پر مالش کردی جاتی ہے۔ آنکھوں کے نیچے Aloegel کا استعمال کیا جاتا ہے۔ مختلف قسم کے روغن اور کریم مختلف انداز کی جلد کیلئے استعمال کیے جاتے ہیں۔ جیسے گرانیم (Geranium) خشک اور جھریوں والی جلد کیلئے، جو باؤنٹ روغن ایسی جلد کیلئے جس میں نمی کی کمی ہو، چکنی جلد کیلئے لیونڈر اور ایسی جلد جو پھیکی اور بے رنگ ہوچکی ہو اس کیلئے گلاب کا روغن استعمال کرتے ہیں۔

3۔ جلد پر ان روغنیات کی مالش کے بعد اسے پانچ منٹ تک یوں ہی چھوڑ دیا جاتا ہے اس کے بعد گرم پانی کے پیڈ سے ہلکی ہلکی سینچائی کی جاتی ہے تاکہ وہ روغنیات اچھی طرح جلد میں جذب ہوجائیں۔ اس عمل کا دورانیہ 10 منٹ کا ہوا کرتا ہے۔ اس عمل کے بعد پپیتے کا ماسک چڑھایا جاتا ہے تاکہ جلد میں زندگی کی لہر دوڑ جائے۔

کریم میں آکسیجن: اس کی ضرورت محسوس کی جارہی تھی کہ اسکن کریم میں آکسیجن کی شمولیت ہونی چاہیے لیکن کوئی طریقہ سمجھ میں نہیں آرہا تھا۔ ڈاکٹر پال ہرزوگ وہ پہلا سائنس دان تھا جس نے کریم میں آکسیجن کی شمولیت کا کامیاب فارمولا دریافت کیا۔

1۔ آکسیجن فیشل یا آکسیجن کریم جلد کیلئے انتہائی مفید ہے۔ یہ جلد کی تہہ میں داخل ہوکر نقصان پہنچانے والے بیکٹیریا کو تباہ کرنے کے ساتھ ساتھ چھائیاں بھی ختم کردیتا ہے۔

2۔ اب اس فارمولے میں وٹامن سی کی شمولیت نے اس کی افادیت اور بڑھادی ہے۔ اسی لیے سادہ فیشل سے بہتر ہے کہ آکسیجن فیشل کرالیا جائے۔

3۔ آکسیجن جلد کو حیرت انگیز طور پر توانا اور تروتازہ کردیتی ہے۔ اس عمل کیلئے جلد پر فیئرنس کریم یا جیل لگا کر اس وقت تک مالش کرتی رہیں جب تک یہ روغن پوری طرح جلد میں جذب نہ ہوجائے۔ اس کے بعد کم ازکم دس منٹ تک پوری قوت سے جلد پر آکسیجن کا پریشر ڈالا جائے۔

اس کے بعد اپنی جلد کی کیفیت اور اپنی پسند کے لحاظ سے کسی فیس ماسک کا انتخاب کرلیں۔

داغ دھبوں اور چھائیوں کیلئے: دنیا بھر کے کاسمیٹک سرجن اس بات پر متفق ہیں کہ جب آکسیجن فیشل کیساتھ داغ دھبے اور چھائیوں کیلئے لوشن وغیرہ استعمال کیا جائے تو اس کا اثر بہت تیزی سے ہوا کرتا ہے اس کے حیرت انگیز نتائج برآمد کرتا ہے۔

طریقہ: پہلے جلد کو بغیر چکنائی کلینزر سے صاف کیا جاتا ہے۔ داغ، دھبے اور چھائیاں دور کرنے والی اینٹی سیپٹک کریم ایسی جگہوں پر لگادی جاتی ہے۔ اس کے بعد 5 منٹ تک آکسیجن کا پریشر ڈالا جاتا ہے۔ پھر جلد کو دھویا جاتا ہے۔

متاثرہ حصوں پر Phytodermin Treatment پاؤڈر کا استعمال کیا جاتا ہے۔ کم ازکم دس منٹ تک۔

پھر اس پاؤڈر کو خشک ہونے کا موقع دیا جاتا ہے۔

اس کے بعد پھر پانچ منٹ تک آکسیجن کا پریشر دیا جاتا ہے۔

پھر جلد کو دھودیتے ہیں اور تولیے سے خشک کرلیتے ہیں۔

سیب: اس میں پائے جانے والے خامرات میں جلد کے مردہ خلیات اور بیکٹیریا دور کرکے جلد نکھارنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ اس سے گومڑیاں، پھنسیاں اور کیلیں دور ہوجاتی ہیں۔ سیب کے لیپ سے جلد کی تیزابیت بحال ہوجاتی ہے اور وہ چھوت وسرایت (انفیکشن) سے محفوظ رہتی ہے۔ جلد کے ریشوں کو سیب میں موجود حیاتین الف (وٹامن اے) اور ج (سی) سے غذائیت ملتی ہے اور وہ بڑھتے اور اپنی مرمت واصلاح کرتے ہیں۔ ملی جلی یعنی خشک وچکنی جلد کیلئے سیب کا گودا بقدر ضرورت جلد پر لگا کر پندرہ یا بیس منٹ بعد اچھی طرح دھوکر موئسچرائزر لگائیں۔

سیب کی پتلی قاشیں کاٹ کر تھوڑے سے پانی میں دھیمی آنچ پر نرم گودا سا بنا کر ٹھنڈا ہونے کے بعد چہرے پر لگالیں پندرہ منٹ بعد دھولیں۔ دو بڑے چمچ گرم پانی میں سیب کا رس دو بڑے چمچ ملا کر سر پر ملیں اور دس منٹ بعد سر دھو لیجیے۔ یہ عمل ہفتے میں دو یا تین مرتبہ کریں۔

نماز کی برکت سے جان بچ گئی

ٹی اے رضا

مجھے مارنا چاہتے تھے مگر میں نے ہاتھ بلند کر کے تعاون کا یقین دلا دیا تھا۔اچانک میرے ذہن میں خیال آیا میں جہاں تھا وہیں کھڑا رہا اور نماز کی نیت باندھ لی۔ میرے سر پر کھڑا پہرے دار دیکھ رہا تھا، بولا ''قبلہ ادھر نہیں ہے دوسری طرف منہ کرو''

سنت رسولؐ کے مطابق گھر سے سفر کے لیے نکلو تو دو رکعت صلوٰۃ سفر پڑھو کہ یہ سفر کی سختیوں سے محفوظ رکھتی ہے اور یہ حفاظت منزل مقصود پر پہنچاتی ہے۔ میرے ایک دوست کا تعلق رحیم یار خان صوبہ پنجاب سے ہے۔نماز سفر کی اہمیت کا واقعہ ان کی زبانی سنتے ہیں۔

میرا نام عبدالصمد خان ہے۔ مارچ 2003ء کی ایک خوشگوار رات مجھے کاروبار کے سلسلے میں ملتان جانا تھا۔ میں حسب معمول عشاء کی نماز کے بعد دو رکعت صلوٰۃ سفر ادا کر کے گھر سے نکلا۔اسٹیشن پہنچا تو ٹرین جا چکی تھی۔ میرے پاس بریف کیس میں نقد رقم کے علاوہ کپڑے کا ایک جوڑا اور بزنس میٹریل تھا۔ میں نے بائی روڈ سفر کا فیصلہ کیا۔ اسٹیشن سے خانپور اڈا پر آیا۔بس اسٹینڈ پر پہنچ کر پتہ چلا کہ ڈائریکٹ کوچ ملتان نہیں جاتی، بہاولپور سے تبدیل کرنا پڑے گی۔ مجبوراً اسی کوچ میں بیٹھ گیا۔ رات گیارہ بجے کا وقت ہوگا جب رحیم یار خان کو الوداع کہا۔تقریباً 2 بجے رات بہاولپور بائی پاس پر آ کر مجھے اور ایک دوسری سواری کو اتار دیا گیا۔ ہم نے بہت شور کیا کہ ہمیں اندر شہر اڈے پر پہنچاؤ مگر ڈرائیور و کنڈیکٹر نے جانوروں والا سلوک کرتے ہوئے ہمیں تقریباً دھکیل کر اتارا اور یہ جا وہ جا۔ ہم دونوں (دوسرے صاحب بھی میرے ساتھ ہی اترے تھے انہوں نے بھی ملتان جانا تھا) آہستہ آہستہ چلتے ہوئے کچھ فاصلے پر بنے چھپر ہوٹل کی طرف بڑھے۔ ایک رکشہ ڈرائیور چادر اوڑھے لیٹا ہوا تھا۔ ہم نے بس اسٹینڈ چلنے کو کہا تو پہلے ڈرائیور نے انکار کر دیا۔ ہم نے پیسوں کا لالچ دیا تو سو روپے میں تیار ہو گیا۔

اس جگہ سے بہاولپور لاری اڈے تک کا ابھی ہم نے 100 گز کا فاصلہ طے کیا تھا کہ سڑک کی دوسری طرف سے 5 نقاب پوش نکل کر سڑک کے درمیان آ گئے۔ ایک نے رکشہ والے کو قابو کیا۔ دوسرے ہم دونوں سواریوں سے سارا سامان سنبھال کر ہمیں دھکے دیتے ہوئے نیچے کھیتوں میں لے آئے۔ ہمیں خاموش رہنے کو کہا۔ میرے ہمسفر کو مجھ سے دور لے گئے پھر مجھے کپڑے اتارنے کو کہا اور اکڑوں بٹھا دیا۔ میں دل ہی دل میں اللہ کو یاد کر رہا تھا۔ میرے سر پر کھڑا نوجوان میرے موبائل سے اٹکھیلیاں کر رہا تھا۔ اسی دن میں نے بہت شوق سے کیمرے والا موبائل خریدا تھا۔ مجھے جان سے مارنا چاہتے تھے مگر میں نے ہاتھ بلند کر کے تعاون کا یقین دلا دیا تھا۔ اچانک میرے ذہن میں خیال آیا میں جہاں تھا وہیں کھڑا رہا اور نماز کی نیت باندھ لی۔ میرے سر پر کھڑا پہرے دار دیکھ رہا تھا، بولا ''قبلہ ادھر نہیں ہے دوسری طرف منہ کرو''۔ میں نے جھٹ سلام پھیرا اور کھڑے ہونے کی کوشش کی تو اس نے بندوق کھوپڑی سے لگا دی۔ بولا بیٹھ جاؤ بیٹھ کر پڑھو۔ میں نے سجدہ میں سر رکھا تو سجدہ طویل کر دیا۔ اللہ سے دعا کی صلوٰۃ سفر کا واسطہ دیا کہ تیرے محبوب کی سنت پر عمل کر کے گھر سے چلا ہوں تو زندگی بخش دے۔ سلام پھیرا تو چار نوجوان میرے سر پر تھے۔ نقد رقم تقریباً 80 ہزار تھی۔ ایک نے ٹھڈے سے مجھے چھوتے ہوئے کہا اوئے اتنا مال لے کر کہاں جا رہا تھا میں نے کہا ملتان۔ بولے اب تو اوپر جائیگا۔ میرے پسینے چھوٹ گئے۔ میں نے کہا بھائی میرے چھوٹے چھوٹے بچے ہیں مجھے مارو مت۔ نوجوانوں نے پوچھا یہ نماز کون سی پڑھی ہے۔ میں نے کہا اپنے اللہ سے جان کی امان طلب کی ہے۔ آپس میں کھسر پھسر کے بعد انہوں نے میری شلوار واپس کر دی۔ بولے ہاتھ سر پر رکھو اور واپس جاؤ، تمہاری نماز کو دیکھتے ہوئے تم تینوں کی جان بخش رہے ہیں مگر پیچھے مڑ کر نہ دیکھنا سیدھے رکشہ میں جا کر بیٹھ جاؤ۔ میں نے تعمیل کی۔ رکشہ کے پاس آیا تو رکشہ والا کھڑا منہ سے خون صاف کر رہا تھا۔ اسے بھی ظالموں نے تشدد کا نشانہ بنایا تھا۔ میرے ساتھ کوچ سے اترنے والے صاحب کو شاید ضرورت سے زیادہ مارا تھا۔ وہ پیدل ہی اس طرف بھاگا جہاں کوچ نے ہمیں اتارا تھا۔ میں رکشہ والے کو لے کر تھانے آیا۔ ضروری پوچھ گچھ کے بعد ایس ایچ او میرے ساتھ موقع واردات پر آیا۔ جہاں سے میرے کپڑے وغیرہ مل گئے۔ ایس ایچ او نے کمال مہربانی کی۔ مجھے پرس سے ایک سو روپے نکال کر دیئے۔ ایس ایچ او نے کہا عبدالصمد صاحب اللہ نے زندگی بھی دی اور عمر بھر کی معذوری سے بھی بچا لیا ہے۔ اگر وہ ظالم چاہتے تو آپ کو ہمیشہ کے لیے معذور بھی کر سکتے تھے۔ یقیناً یہ صلوٰۃ سفر ہی تھی جس کی بدولت اللہ نے میری زندگی محفوظ رکھی۔

بیس اہم نصیحتیں

حکیم ریاض حسین

کامیابی کے حصول کے لئے ضروری ہے کہ کامیابی حاصل کرنے کا احساس دل میں زندہ رکھا جائے

1. قیامت اس وقت آئے گی جب زمین پر کوئی اللہ کا نام لینے والا نہ ہوگا۔
2. جب بندہ جھوٹ بولتا ہے تو اس کی بدبو سے فرشتے ایک میل دور ہٹ جاتے ہیں۔
3. اللہ کی یاد اور عمل صالح کے لئے نیت لازم ہے۔
4. ضرورت کی ایک حد ہے مگر حرص کی کوئی حد نہیں۔
5. بہادری یہ ہے کہ کمزور ہونے کے باوجود دوسروں کو اپنی کمزوری کا احساس مت ہونے دو۔
6. کامیابی کے حصول کے لئے ضروری ہے کہ کامیابی حاصل کرنے کا احساس دل میں زندہ رکھا جائے۔
7. منجمد لوگوں کا سہارا مت لو ورنہ وہ تمہیں بھی منجمد کر دینگے۔
8. اللہ والے بات بات پر تکلیف کا اظہار نہیں کرتے۔
9. جس کا کوئی مقصد نہیں اس کی کوئی منزل نہیں۔
10. سختیاں انسان کو طاقتور بنا دیتی ہیں اگر انسان کو صبر کرنے کی طاقت حاصل ہو۔
11. شخصیت کی نشوونما اس وقت رکتی ہے جب انسان اپنے آپ کو کامل سمجھتا ہے۔
12. کوشش تمہارا کام ہے اور نتیجہ نکالنا اللہ کا کام ہے۔
13. شیخی انسان کے دل میں چپکے سے پیدا ہوتی ہے اسے برباد کر دیتی ہے اور اسے پتہ بھی نہیں چلتا۔
14. تم جس کام کی ذمہ داری اٹھاؤ گے تمہارا ذہن اس کے لئے ہی کام کرے گا۔
15. دنیا میں ذلت کی ہزاروں صورتیں ہیں لیکن ان میں سے ذلت قرض سب سے سخت تر ہے۔
16. یاد رکھیے کہ اللہ کے نیک بندوں کو جو تکلیف پہنچاتا ہے اللہ اسے تباہ و برباد کر دیتا ہے۔
17. بیمار تو سو بھی جاتا ہے مگر مقروض کو نیند نہیں آتی۔
18. عقلمند وہ ہے جو کم بولے اور زیادہ سنے۔
19. جو شخص علم رکھتا ہے لیکن عمل نہیں کرتا وہ اس مریض کی مانند ہے جو دوا تو رکھتا ہے استعمال نہیں کرتا۔
20. اپنی ضرورت کو محدود کر لینا ہی بڑی دولت ہے۔

نفس کا حجاب: اللہ تعالیٰ اور انسان کے درمیان ایک ہی حجاب حائل ہے جس کا نام نفس ہے۔

لڑکے‘ لڑکیوں اور والدین کیلئے

ثانیہ‘ حیدرآباد

آپ کی بیوی آپ سے کیا چاہتی ہے؟

محبت کی متصل یقین دہانی کے بعد دوسری چیز جس کا بیویاں مطالبہ کرتی ہیں وہ تمیزداری ہے۔ انہیں شکایت ہے کہ مرد غیروں کا تو بڑا رکھ رکھاؤ کرتے ہیں مگر بیوی جس سے زیادہ اپنا اور کوئی نہیں ہوتا‘ تنہا ان کی بدتہذیبیوں کے سارے وار سہتی ہے

حال ہی میں بلجیم کے عائلی اداروں نے ایک بہت بڑا کارنامہ سرانجام دیا ہے۔ یہ معلوم کرنے کیلئے کہ مثالی خاوند کیسا ہونا چاہیے‘ ماہرین نفسیات و عمرانیات نے ہزاروں عورتوں سے ملاقات کی اور ان کے جوابات کی روشنی میں چند خوبیوں پر مشتمل ایک فہرست مرتب کی گئی۔ یہ فہرست کچھ ایسی جامع ہے کہ اٹلی کی خواتین نے فوراً اس کو درست قرار دیا۔ ان کے بعد کینیڈا اور امریکہ کی خواتین نے بھی شوہروں سے بیویوں کی ان توقعات کو حرف آخر تسلیم کرلیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ مغربی دنیا ایک انتہائی اہم مسئلے پر متفق الرائے ہوچکی ہے۔

عورت مشرق کی ہو خواہ مغرب کی‘ مرد سے کچھ تقاضے کرتی ہے۔ یہ دوسری بات ہے کہ مردوں کی اس دنیا میں وہ اپنی کوئی شرط بھی منوا نہ سکے۔ یہ کہنا غلط ہے کہ ہر دوشیزہ ایک ایسے نوجوان کے خواب دیکھتی ہے جو اس کی غلامی پر فخر کیا کرے۔ وہ زندگی کی پرپیچ اور کٹھن راہوں کیلئے ایک ساتھی چاہتی ہے‘ دکھ سکھ کا ساتھی‘ ایسا ساتھی نہیں جو ریچھ کو سامنے سے آتا دیکھ کر جھٹ سے درخت پر چڑھ جائے۔

اس رفاقت کے کچھ آداب ہیں جن میں سرفہرست اظہار محبت کی تکرار ہے۔ شادی خواہ اپنی پسند کی ہو خواہ ماں باپ کی مرضی کے مطابق‘ ابدیت سے ہمکنار ہونا چاہتی ہے لیکن عام طور پر ہوتا یہ ہے کہ دو بیقرار دلوں کے قریب ہوجانے سے جو شرارہ جست کرتا ہوا نظر آتا ہے وہ بہت جلد بجلا کر راکھ بھی ہوجاتا ہے۔ کتنی عورتیں ہیں جو اپنے شوہروں کے منہ سے یہ پانچ لفظ ''مجھے تم سے محبت ہے'' سننے کی حسرت ہی میں درگور ہوجاتی ہے‘ شروع شروع میں تو یہ الفاظ بار بار دہرائے جاتے ہیں لیکن جیسے جیسے وقت گزرتا جاتا ہے‘ سہیلیوں کے خطوں کی طرح کم ہوتے ہوتے بالکل غائب ہوجاتے ہیں۔

محبت کی متصل یقین دہانی کے بعد دوسری چیز جس کا بیویاں مطالبہ کرتی ہیں وہ تمیزداری ہے۔ انہیں شکایت ہے کہ مرد غیروں کا تو بڑا رکھ رکھاؤ کرتے ہیں مگر بیوی جس سے زیادہ اپنا اور کوئی نہیں ہوتا‘ تنہا ان کی بدتہذیبیوں کے سارے وار سہتی ہے۔

مرد کہتے ہیں ایک طرف تو یہ عورتیں ہم سے مساوات کا دعویٰ کرتی ہیں اور دوسری طرف بس میں قدم رکھتے ہی یہ چاہتی ہیں کہ سب لوگ احتراماً کھڑے ہوجائیں اور اس وقت تک کھڑے رہیں جب تک وہ منزل مقصود پر اتر کر اپنے گھر نہ پہنچ جائیں۔ مصیبت یہ ہے کہ مرد اپنے زور بیان میں اصل بات بھول جاتے ہیں۔

اس دنیا میں ہر شخص اہمیت کا بھوکا ہے۔ اسے یہ منظور نہیں کہ لوگ باگ اس کا نوٹس ہی نہ لیں۔ بیویاں اپنے شوہروں سے یہ جائز توقع رکھتی ہیں کہ انہیں دوران جنگ میں پکڑی ہوئی لونڈیاں نہ سمجھا جائے۔ عورت کا نام کمزوری ہو یا نہ ہو مگر وہ ایک نرم و نازک آبگینہ ضرور ہے اور جب آپ کارگہ شیشہ گراں میں داخل ہوگئے ہیں تو وہاں کے آداب بھی ملحوظ رکھیے۔

غالب نے بھنا کر کہہ دیا تھا:

نہ ستائش کی تمنا‘ نہ صلے کی پروا

مگر کیا یہ واقعہ نہیں کہ اس کی ساری زندگی صلہ و ستائش ہی کی تمنا میں گزر گئی!

بیویاں اپنے شوہروں سے یہی مطالبہ کرتی ہیں کہ ہمیں اپنی نسوانیت کے خلاف بغاوت پر نہ اکساؤ‘ ہمیں اپنی محبوبیت کو فراموش نہ کرنے دو‘ اس لیے کہ ہم محبت کرنے کیلئے پیدا ہوئی ہیں...... محبت کرنے کیلئے اور محبت کیے جانے کیلئے

بیویوں کا تیسرا مطالبہ یہ ہے کہ ان کے شوہر ان سے باتیں کیا کریں اور مرد یہ کہتے ہیں کہ عورتیں تو باتیں کرنے کی مشینیں ہوتی ہیں مشینیں۔

ٹامس ہالی نے اپنے کسی ناول میں لکھا ہے کہ ایک ریستوران میں ایک مرد اور ایک عورت اکٹھے بیٹھے تھے مگر چپ چاپ...... کبھی ایک آدھ بات کرتے بھی تو ہوں ہاں سے آگے نہ بڑھتی تھی۔ ان کی میز پر سخت بے کیفی برس رہی تھی۔ بھلا بتایئے وہ ایک دوسرے کے کیا لگتے تھے؟ کچھ اور نہ کہہ ڈالیے گا وہ میاں بیوی تھے۔ شوہر کو چاہیے کہ وہ بیوی کو سمجھنے کی کوشش کرے اس پر مرد فوراً کہہ اٹھے گا کوئی مرد کسی عورت کو سمجھ بھی سکا ہے۔ میری ناقص رائے ہے کہ عورت کوئی آسمانی مخلوق نہیں بلکہ مرد کی رومان پسندی نے اسے آسمانی مخلوق بنا رکھا ہے۔ مگر ایک محبت کرنے والے مرد کیلئے عورت قطعاً معمہ نہیں جس مرد کو ہر قدم پر یہ خیال رہتا ہو کہ اس کی کسی حرکت سے اس کی رفیقہ حیات کے دل کو ٹھیس نہ لگ جائے اس کے واسطے عورت ایک کھلی کتاب ہے۔ دیوان حافظ کی طرح بہار آفرین۔ ہنری نے اپنی سب سے مشہور کہانی ارمغان ایک نوجوان جوڑے کی سچی محبت کا حال لکھا ہے۔ کرسمس پر وہ ایک دوسرے کو تحفہ دینا چاہتے ہیں اور کوئی اشارہ کیے بغیر اپنی اپنی سب سے قیمتی متاع ایک دوسرے کے قدموں میں لا ڈالتے ہیں۔ لڑکی اپنے سنہری بال جو ٹخنوں کو چھوتے تھے اور اس کا شوہر اپنی خاندانی یادگار گھڑی ایک دوسرے کو خوش کرنے کیلئے قربان کردیتے ہیں۔ وہ زبان سے کچھ کہے بنا ایک دوسرے کے دل کی بات بوجھ لیتے ہیں۔ کیا وہ ایک دوسرے کو سمجھتے تھے؟ کیا وہ لڑکی اس لڑکے کیلئے ایک معمہ تھی؟ ظاہر ہے کاروبار شوق میں گتھیاں نہیں ہوتیں خیانت کی وجہ سے پیدا کرلی جاتی ہیں۔ جب زندگی کا اصول ہی خیانت بن جائے تو جتنی بھی الجھنیں پیدا ہوں کم ہیں۔

عورت کا چوتھا مطالبہ یہ ہے کہ مرد اس کے ساتھ انصاف کرے اور مرد کیلئے سب سے مشکل بات یہی ہے۔

بعض لوگ کہیں گے کہ جب من تو شدم تو من شدی کا عالم ہوجائے تو زیادہ باتیں کرنے کی ضرورت نہیں رہتی۔ مگر دیکھنا یہ ہے کہ بیویوں کے معاملے میں بہت سے شوہروں کی سربمہر خاموشی بیزاری کی وجہ سے ہوتی ہے یا محبت کی بے پایانی کے سبب۔ اس کا فیصلہ اکیلا شوہر نہیں کرسکتا اور جب میاں بیوی دونوں متفق ہوں تو سمجھ لیجئے کہ بیوی کا مطالبہ پورا ہوچکا ہے لیکن اس سے انکار ممکن نہیں کہ بیوی کا یہ جائز حق ہے اور اس کا فرض ہے کہ اگر یہ حق اسے نہیں مل رہا ہے تو اسے حاصل کرنے کیلئے ہر ممکن کوشش کرے ورنہ ازدواجی زندگی کی تلخیوں کا شکار ہوکر طلاق کی نوبت تک پہنچ جائیگی۔ براہ کرم یاد رکھیے کہ محبت زندگی ہے اور زندگی محبت۔

روحانی پھکی سے شوگر کا خاتمہ

میں عرصہ دراز سے شوگر‘ جسمانی کمزوری‘ معدے کی خرابی اور اس جیسی امراض میں مبتلا تھا۔ گھر پورے کا پورا میڈیکل سٹور بن چکا تھا۔ اسم اعظم کے خصوصی دم اور برکت سے مزین سینکڑوں جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ روحانی پھکی چند دن یقین‘ اعتماد اور قدر کے ساتھ استعمال کی اللہ نے جملہ امراض سے نجات دلا دی۔ **(امین صفدر‘ ساہیوال)**

مسواک سے لاعلاج بیماریوں کا خاتمہ

محمد عارف، لاہور

رات کے وقت جب منہ بند ہوتا ہے تو اسے کام کرنے کا موقع مل جاتا ہے اس لیے دانت زیادہ خراب رات کے وقت ہوتے ہیں۔ پھر کہنے لگا کہ صبح ٹوتھ پیسٹ استعمال کریں یا نہ کریں مرضی ہے لیکن رات کو سوتے وقت مسواک ضرور کریں۔

مسواک کرنا سنت مبارکہ ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے مسواک سے دانتوں کی صفائی کا اہتمام فرمایا ہے تاکہ دانتوں کی حفاظت اور ان کا حسن و جمال برقرار رہے۔ صحیح حدیث میں ہے ''اگر میری امت کو دشواری لاحق نہ ہوتی تو میں مسواک فرض قرار دیتا۔'' حضرت ابو درداءؓ نے فرمایا کہ مسواک تم پر لازم ہے یعنی اہتمام سے تم مسواک کرو اس سے غفلت مت اختیار کرو اس میں چوبیس خوبیاں اور فوائد ہیں جن میں سے افضل ترین یہ ہیں۔ مسواک اللہ کی رضا کا باعث ہے۔ مسواک سر کے درد کو آرام دیتی ہے۔ مسواک داڑھ کے درد کو دور کرتی ہے۔ مسواک سے 77 گنا نماز کا ثواب بڑھ جاتا ہے۔

بعض افریقی محققین کے مطابق اس کے استعمال سے منہ میں جراثیم اور بیکٹیریا کی پیدائش کا سلسلہ رک جاتا ہے۔

مسواک اور امریکی ڈاکٹر کی تحقیق

انجینئر نقشبندی اپنے مواعظ میں فرماتے ہیں: ''واشنگٹن (امریکہ) کا ڈاکٹر مجھے کہنے لگا کہ سوتے ہوئے بھی مسواک کریں۔ میں نے کہا وہ کیوں؟ وہ کہنے لگا کہ اس وجہ سے کہ آج کی ریسرچ یہ ہے کہ انسان جو کھانا کھاتا ہے چیزیں کھاتا ہے تو منہ کے اندر پلازما مکمل کرنے سے صاف نہیں ہوتا۔ کہنے لگا کہ (Maximum) جو دانت خراب ہوتے ہیں وہ سونے کے وقت ہوتے ہیں میں نے کہا وہ کیوں؟ کہنے لگا کہ اس کی وجہ یہ ہے کہ جب انسان سوجاتا ہے تو اس کا منہ بالکل بند ہوجاتا ہے اور بند منہ کے اندر اس کا ورک یعنی کام آسان ہوجاتا ہے یوں نہ تو منہ متحرک ہوتا ہے اور پلازما اپنا پورا کام کر رہا ہے۔

کہنے لگا کہ آپ دیکھیں گے کہ دن کے وقت کبھی بندہ بول رہا ہے کبھی زبان چل رہی ہے کبھی کھا رہا ہے کبھی پی رہا ہے دن کے وقت حرکت کی وجہ سے پلازمے کو کام کرنے کا موقع نہیں ملتا اور رات کے وقت جب منہ بند ہوتا ہے تو اسے کام کرنے کا موقع مل جاتا ہے اس لیے دانت زیادہ خراب رات کے وقت ہوتے ہیں۔

پھر کہنے لگا کہ صبح ٹوتھ پیسٹ استعمال کریں یا نہ کریں مرضی ہے لیکن رات کو سوتے وقت مسواک ضرور کریں۔

میں نے الحمدللہ پڑھا کہ ہمارے نبی ﷺ کی سنت ہے کہ رات کو وضو کے ساتھ سوتے تھے اور بغیر مسواک کے وضو نہیں فرماتے تھے جب بھی انسان کھانا کھا کر وضو کرے گا مسواک کرے گا اور نقصان سے بچے گا کہ نبی اکرم ﷺ کھانے سے قبل ہاتھ دھوتے اور کھانے کے بعد کلی کرتے تھے اور آج لوگ کھانا کھا کر اسی طرح اٹھ کر چلے جاتے ہیں حالانکہ ان کے منہ کے اندر میٹھا کھایا ہے تو میٹھے کے اثرات ہیں اور کافی دیر تک رہتے ہیں اور اگر اسی وقت کلی کرنے کی عادت پڑ جائے تو کتنا فائدہ ہوجائے اور پھر دن میں پانچ دفعہ وضو کر رہا ہے اور پھر مستقل منہ صاف ہو رہا ہے اور پانچ دفعہ پھر انسان کا یہ الیکٹرانک سسٹم صاف ہو رہا ہے۔ یہ ہاتھ پاؤں وغیرہ صاف ہو رہے ہیں۔

مسواک سے منہ کی موذی بیماری کا علاج

سوئزرلینڈ میں ایک مسلمان تاجر نے ایک نومسلم کو پیلو کی مسواک تحفہ میں دی۔ اس نے مسواک لے کر اسے آنکھوں سے لگایا اور اس کی آنکھوں میں آنسو آگئے پھر اس نے جیب سے ایک رومال نکالا تو اس میں ایک بالکل چھوٹی تقریباً دو انچ سے بھی کم ایک مسواک لپٹی ہوئی تھی کہنے لگا میں جب مسلمان ہوا تھا تو مسلمانوں نے مجھے یہ تحفہ دیا تھا میں اس کو بڑی احتیاط سے استعمال کرتا رہا اب یہی ٹکڑا باقی بچا ہے۔ پھر وہ کہنے لگا مجھے بیماری تھی میرے دانت اور مسوڑھے ایسے مرض میں مبتلا تھے جس کا علاج وہاں کے سپیشلسٹ ڈاکٹروں کے پاس بھی نہ تھا۔ میں نے یہ مسواک استعمال کرنا شروع کردی۔

کچھ عرصے کے بعد اپنے ڈاکٹر کو دکھانے گیا تو ڈاکٹر حیران رہ گیا اور پوچھنے لگا آپ نے کون سی ایسی دوا استعمال کی ہے جس کی وجہ سے اتنی جلدی صحت یابی ہوگئی۔ میں نے کہا صرف آپ کی دوائی استعمال کی ہے کہنے لگا ہرگز نہیں میری دوائی سے اتنی جلدی صحت یابی نہیں ہوسکتی۔ آپ سوچیں تو جب میں نے ذہن پر زور دیا تو فوراً خیال آیا کہ میں مسلمان ہوں اور میں مسواک استعمال کررہا ہوں اور جب میں نے اسے مسواک دکھائی تو ڈاکٹر بہت حیران ہوا اور نئی تحقیق میں پڑ گیا۔

سنت نبویؐ اور جدید سائنسی تحقیقات کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

نفرتیں ختم ہوگئیں

خالد اعوان، کراچی

عبقری کی وجہ سے میں پانچ وقت کی نماز تکبیر اولیٰ کے ساتھ اول صف میں ادا کرنے لگا ہوں اور ہر قسم کی برائی سے توبہ کرلی

ایڈیٹر صاحب السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ

مؤدبانہ گزارش عرض ہے مجھے عبقری سے ملاقات صدر میں ہوئی اس رسالے کے بعد مجھے کسی چیز کسی رسالے کی ضرورت نہیں پڑی اور پھر عبقری کی ساری جلد بھی منگوالی۔ عبقری سے مجھے اتنا فائدہ ہوا ہے کہ میں بیان نہیں کرسکتا۔ عبقری کی وجہ سے میں پانچ وقت کی نماز تکبیر اولیٰ کے ساتھ اول صف میں ادا کرنے لگا اور تمام ماضی کی گزری ہوئی تمام گناہوں پر تمام نادانیوں پر اور ہر قسم کی برائی جو اپنے اندر تھی وہ سب نظر آنے لگی اور پھر سب سے توبہ کی اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں توبہ کی اور آئندہ ہر قسم کے گناہوں سے بچنے کیلئے اللہ تعالیٰ سے مدد مانگی اور عبقری کا انتظار کرنے لگا۔

عبقری میں سبحان خان صاحب والا عمل اول تین مرتبہ درود شریف، سورۂ فاتحہ ایک مرتبہ سورۂ اخلاص تین مرتبہ پھر تین مرتبہ درود شریف یہ عمل میں نے بہن کو دیا اس کے ذریعے بہن کو بہت فائدہ ہوا۔ بہن نے کہا کہ میں یہ عمل کرکے جو کھانے کی خواہش کرتی ہوں اللہ پوری کردیتا ہے۔ بہن نے کہا میرے پاس پیسے نہیں تھے مگر اس عمل کی برکت سے اللہ نے بکرے کا گوشت، مچھلی ہر خواہش پوری کردی۔

حضرت صاحب جو مشاہدات و تجربات میں محسوس کرتا ہوں وہ آپ کی طرف لکھ دیتا ہوں۔ سب کیلئے دعا کرتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ سب کو دونوں جہان میں کامیاب و کامران فرمائے آمین۔ عبقری کی وجہ سے اب نفرت کسی سے بھی نہیں رہی صرف اپنی خامیاں ہی نظر آتی ہیں اور دل کہتا ہے کہ اپنے سے ہر اک کو فائدہ ہو۔ نقصان کسی کو بھی نہ ہو۔

ایک عورت کا حسن انتخاب

حجاج کے دربار میں مقدمہ آیا۔ تین آدمی تھے۔ ان کے قتل کا حکم دیا۔ ایک خاتون بھی ساتھ تھی۔ اس نے کہا چھوڑ دے۔ تیری بڑی مہربانی ہوگی۔ حجاج کہنے لگے تینوں میں سے ایک چن لے اس کو چھوڑ دونگا۔ ایک بیٹا تھا، ایک خاوند اور ایک بھائی تھا۔ عورت نے کہا خاوند دوسرا مل جائیگا، بچے اور بھی پیدا ہوجائینگے۔ میرے ماں باپ مرگئے۔ بھائی اب کوئی نہیں ملے۔ میرا بھائی چھوڑ دے۔ باقی سب کو قتل کردے۔ حجاج نے کہا: میرے تیرے حسن انتخاب پر تینوں کو چھوڑتا ہوں۔ (محمد بلال، بشام)

کیا بوڑھا ہونا ایک جرم ہے؟

ایم سجاد حسین

خاندانی نظام تباہ ہورہا ہے مگر ہم کو اس کی کوئی پرواہ نہیں ہے‘ امریکہ اور یورپ کی نقل پر ہمارے یہاں بھی اولڈ ہاؤس (بوڑھوں کے لئے گھر) قائم ہونا شروع ہوگئے جبکہ میرے خیال میں اولڈ ہاؤس پاکستان میں کیا بلکہ دنیا میں کسی بھی ملک میں نہیں ہونے چاہئیں

کیا بوڑھا ہونا ایک جرم ہے؟ کیا آج اولاد کے پاس ان والدین کے لئے وقت نہیں ہے، جنہوں نے اس کو انگلی پکڑ کر چلنا سکھایا؟ کیا ہمارے بچے ہمیں قبر تک سہارا نہیں دے سکتے؟ کیا اولاد کی اچھی پرورش نہ کرنا ہمارا جرم ہے؟ اولاد یہ کیوں سمجھتی ہے کہ ماں باپ کو ان کی ضرورت نہیں؟ یہ ایسے سوال ہیں جو ہر وہ شخص کرتا ہے جس کی اولاد اس کی عزت نہیں کرتی یا اولاد نے والدین کو گھر سے در بدر کردیا ہے، ہمارا معاشرہ آجکل ٹوٹ رہا ہے۔ خاندانی نظام تباہ ہورہا ہے مگر ہم کو اس کی کوئی پرواہ نہیں ہے، امریکہ اور یورپ کی نقل پر ہمارے یہاں بھی اولڈ ہاؤس (بوڑھوں کے لئے گھر) قائم ہونا شروع ہوگئے ہیں جبکہ میرے خیال میں اولڈ ہاؤس پاکستان میں کیا بلکہ دنیا میں کسی بھی ملک میں نہیں ہونے چاہئیں۔ بزرگ خاندان کو قائم رکھتے ہیں اور بزرگوں کی دعاؤں سے گھر آباد رہتے ہیں۔

افسوس کی بات یہ ہے کہ والدین تو دس بچوں کو پال سکتے ہیں مگر دس بچے ایک ماں اور باپ کو نہیں پال سکتے۔

گھریلو ناچاقیاں اولاد کے والدین سے جھگڑے اس معاشرے کا سب سے بڑا مسئلہ ہے‘ ان تمام جھگڑوں کی اصل وجہ والدین کی بچوں کو نبویﷺ طریقوں کے مطابق تربیت نہ کرنا ہے کیونکہ شروع دن سے والدین یہ سوچتے ہیں کہ بچوں کا مستقبل اچھا ہوجائے ان کی آمدنی اچھی ہوجائے۔ معاشرے میں ان کا ایک مقام ہوجائے ان تمام کاموں کی وجہ سے ان کو نہ دین سکھایا۔ دین نہ سکھا کر اللہ کو بھی ناراض کیا اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ وہی اولاد جس کو راضی کرنے کی فکر تھی ماں باپ کے سر پر مسلط ہوجاتی ہے۔ آج کے معاشرے کے اندر دیکھیں کہ کس طرح اولاد اپنے ماں باپ کی نافرمانی کررہی ہے جب اولاد سر پر مسلط ہوگئی تو اب ماں باپ بیٹھے رو رہے ہیں کہ اولاد دوسرے راستے پر جارہی ہے۔ ارے! جب تم نے شروع ہی سے اس کو ایسے راستے پر ڈالا جس کے ذریعہ ان کا ذہن بدل گیا ان کے خیالات بدل گئے ان کی سوچ بدل گئی تو اب انجام بھی ویسا ہی ہوگا۔ اولاد کو دین کی طرف لانے کی فکر اتنی ضروری ہے جتنی اپنی اصلاح کی فکر اولاد کو صرف زبانی سمجھانا کافی نہیں جب تک اس کی فکر اور تڑپ ایسی نہ ہو جیسے دہکتی ہوئی آگ کی طرف بچہ بڑھ رہا ہو اور آپ اس کو لپک کر جب اٹھا نہیں لیں گے اس وقت تک آپ کو چین نہیں آئے گا ایسی ہی تڑپ یہاں بھی ہونا ضروری ہے۔

مغربی ممالک میں سنا تھا کہ بوڑھے والدین کو اولاد نرسنگ اور اولڈ ہوم بھیج دیتی ہے لیکن اب پاکستان میں بھی نرسنگ اور اولڈ ہوم قائم ہوگئے ہیں۔

کئی والدین اولاد کی وجہ سے فٹ پاتھ پر زندگی گزارنے پر مجبور ہیں، ایدھی ہوم میں ایسے والدین کی ایک بڑی تعداد موجود ہے جن کی اولاد ہے۔ سات آٹھ لڑکے ہونے کے باوجود وہ ایدھی ہوم میں لاوارثوں والی زندگی گزار رہے ہیں، سہراب گوٹھ کے قریب رہنے والی ایک خاتون (جو صحافی بھی ہیں) نے بتایا کہ میرا تعلق ایک بہت بڑے خاندان سے ہے۔ میرے دادا انڈیا میں کروڑوں کی زمین و جائیداد چھوڑ کر آئے تھے۔ لاہور میں ہمارا بہت بڑا خاندان ہے میری شادی کراچی میں ہوئی، میرے سات بچے ہیں، شوہر کا 20 سال پہلے بیماری کی وجہ سے انتقال ہوگیا میں نے مختلف اخبارات اور رسالوں میں نوکری کی اور اپنی اولاد کی پرورش بھی کی مگر والد کا سایہ سر پر نہ ہونے کی وجہ سے بچے زیادہ نہیں پڑھ سکے ایک حادثہ میں میری ٹانگ ٹوٹ گئی اور میں بستر پر لیٹ گئی جس کی وجہ سے گھر میں فاقے ہونے لگے تو بچوں نے چھوٹی موٹی نوکریاں شروع کردیں، اس دوران بچوں کی شادی کی عمر ہوگئی تو میں نے جیسے تیسے ان کی شادی کردی، اب ایک بیٹی اور بیٹا رہ گیا ہے جن کی شادی کرنا باقی ہے۔

ڈیفنس میں ایک بزرگ نے بتایا کہ میرے 10 بچے ہیں جن میں 6 لڑکیاں اور 4 لڑکے ہیں۔ میری بیگم کا چند سال پہلے انتقال ہوگیا، میری لاپرواہی اور عدم توجہ تھی جس کی وجہ سے بچوں کی بہتر پرورش نہیں ہوسکی، بچوں نے ناجائز کاموں کے ذریعے کمائی کرنا شروع کردی۔ میں نے ان کے تیور دیکھ کر بہت کوشش کی کہ وہ غلط کام نہ کریں مگر انہوں نے میری بات نہیں مانی مگر ان کے پیسے سے میں نے بیٹیوں کی اچھی جگہ شادیاں کردی، لڑکے چاروں اپنی مرضی کی زندگی جی رہے ہیں۔ میں نے جب گھر میں آئے روز پولیس آنے کی شکایت کی، تو لڑکوں نے مجھے گھر سے نکال دیا۔ میں ان کے معاملات میں دخل دیتا ہوں ان کو ان کی مرضی کی زندگی جینے نہیں دیتا، میں پچھلے 5 سال سے کیماڑی میں رہتا ہوں اور عمر زیادہ ہوجانے کی وجہ سے مزدوری بھی نہیں کرسکتا۔

صدر میں مانگنے والی ایک بزرگ خاتون نے بتایا کہ میں دو بیٹوں اور چھ بیٹیوں کی ماں ہوں۔ لکھنو سے میٹرک پاس کیا تھا۔ 1944ء میں شادی ہوگئی تو تعلیمی سلسلے کو خیرباد کہنا پڑا۔ 1947ء میں شوہر اور دو بچوں کے ساتھ پاکستان آئی دہلی میں شوہر کا کاروبار تھا لیکن پاکستان آتے وقت چند سو روپوں کی پوٹلی کے سوا کچھ ساتھ نہیں لائے تھے۔ یہاں آکر قسمت نے رنگ دکھایا۔ اتنے روپے نہیں تھے کہ شوہر کچھ کاروبار کرسکتے۔ پیٹ بھرنے کیلئے ہاتھ پر ہاتھ دھرے تو نہیں بیٹھ سکتے تھے۔ ہمارے اردگرد بھی ہم ہی جیسے لٹے پٹے لوگ تھے۔ مجبوراً شوہر نے ایک فٹ پاتھ پر کھلونے، آلو چنے وغیرہ کا ٹھیلا لگالیا۔ اس سے اتنا ہوا کہ کھانے پینے کیلئے کسی کے آگے ہاتھ پھیلانے نہ پڑے مگر وقت کے ساتھ ساتھ مسائل بڑھتے رہے اور دمے کی وجہ سے شوہر بھی بیمار ہوگیا چند سال بیمار رہنے کے بعد اس کا انتقال ہوگیا جس کی وجہ سے گھر کی ذمہ داریاں میرے اوپر آگئیں۔ میں نے محنت مزدوری کرکے دو بیٹیوں کی شادی کردی ہے۔

قارئین! اس حقیقت سے سب واقف ہیں کہ والدین اولاد پر سدا سایہ کیے نہیں رہتے‘ عبقری کے توسط سے اتنا کہنا چاہوں گا کہ اللہ کیلئے اپنے والدین کی قدر کریں۔ والدین کی عظمت میں سرور کونین ﷺ کا فرمان اور ایک واقعہ سنا کر مضمون کا اختتام کرتا ہوں۔ رسول ﷺ نے فرمایا جو فرزند اللہ تعالیٰ کی دوستی اور محبت کی خاطر اپنے والدین کے چہرے کی طرف نظر کرے گا اس کے نامہ اعمال میں ایک مقبول حج کا ثواب لکھا جائے گا اور جس فرزند کی زبان والدین کے پاؤں کو بوسہ دیتی ہے اللہ تعالیٰ ہزار سال کی عبادت کا ثواب اس کے نامہ اعمال میں لکھ دیتا ہے۔

حضرت خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا ایک گنہگار نوجوان جو بہت بدکار تھا فوت ہوا بعد میں وہ لوگوں کے خواب میں آیا‘ انہوں نے دیکھا کہ وہ حاجیوں کے ہمراہ جنت میں مزے سے ٹہل رہا ہے لوگوں نے اس پر بڑا تعجب کیا اور اس سے سبب پوچھا کہ ہمارے خیال میں تم نے کوئی نیک عمل نہیں کیا اور یہ سعادت ونعمت تمہیں کہاں سے ملی اس نے کہا بات تو ایسے ہی ہے لیکن میری ماں بوڑھی تھی جس وقت میں گھر سے باہر نکلتا اپنا سر اس کے قدموں میں رکھ دیتا۔ میری ماں مجھے دعا دیتی اللہ تعالیٰ تجھے بخش دے اور حج کا ثواب تجھے نصیب کرے۔ اللہ تعالیٰ نے ماں کی دعا قبول کرلی۔

جنات آپ کے تابع ہوں گے

زارانور بلوچ' لالہ موسیٰ

جنات بھی انسان کی مرضی کے مطابق چلیں گے اور وہ اللہ کی پناہ میں رہے گا اور سفر کے تمام خطرات سے محفوظ رہے گا۔ سورۃ حج پارہ نمبر 18 آیت 57 تا 64 آٹھ آیتوں کے پڑھنے کا طریقہ پہلے (یَا اَللّٰہُ) گیارہ مرتبہ پڑھے پھر یہ دعا پڑھے

سورۂ حج میں آٹھ ایسی آیتیں ہیں اور بہشت کے دروازے بھی آٹھ ہیں اور ان آٹھ آیتوں کا ورد کرنے والے کیلئے انشاء اللہ بہشت کے آٹھ دروازے کھل جائیں گے۔ ان آیتوں کے کلمہ کے عدد میں ایک لاکھ 24 ہزار پیغمبروں کی طرف اشارہ ہے کیونکہ ہر ایک نبی کا ایک کلمہ ہے جیسا کہ قرآن شریف میں حضرت عیسیٰ کو اللہ تعالیٰ نے کلمہ فرمایا ہے جو کوئی ان آیتوں کو پڑھے گا تو اس کو ایک لاکھ 24 ہزار پیغمبروں کی ارواح کی طرف سے فیض پہنچے گا۔ ان آیتوں کے اسمائے حسنیٰ چالیس ہیں اور اسم ذات اور اسم صفات ہیں۔ اسی سبب سے ان آیتوں کے پڑھنے والے کیلئے ہر ایک اسم سے اس کیلئے یہ پردہ اور حجاب دور ہو جائے گا۔ اس کے علاوہ ہر آیت اللہ کے متبرک اسم پر ختم ہوتی ہے۔ یعنی ہر ایک آیت کا آخری کلمہ اللہ کا متبرک اسم ہے اور آخری آٹھویں آیت اللہ کے دو اسم رؤف اور رحیم پر ختم ہوتی ہے۔ اس سے یہ مطلب نکلتا ہے کہ ہر ایک کا انجام اللہ کی مہربانی اور لطف کے ساتھ ہوتا ہے۔ حضرت ابن عباسؓ سے روایت ہے کہ آپؐ فرماتے ہیں کہ میں نے ہر طریقے سے سارے قرآن شریف کا مطالعہ کیا لیکن آٹھ آیتوں سے کوئی دوسری آیت بزرگ تر نہیں دیکھی اور میں نے ان آیتوں کی فضیلت کے بارے میں رسول اللہ ﷺ سے پوچھا کہ آپؐ نے فرمایا کہ یہ آٹھ آیتیں اللہ کے خزانوں میں سے آٹھ خزانے ہیں اور اللہ کے بے شمار بھیدوں میں سے آٹھ بھید ہیں اور یہ آیتیں اسم اعظم سے خالی نہیں اس لیے جو کوئی ان آٹھ آیتوں کو پڑھا کرے گا تو جنات کے طوفان سے اور شیطانوں کے شر سے محفوظ رہے گا اور اس کیلئے ظاہر اور باطن کے روزی کے دروازے کھل جائیں گے اور ہرگز ہرگز اس کو دنیا کا کوئی غم اور رنج نہ ہونے پائے گا اور نہ اسے کوئی تکلیف پہنچنے پائے گی اور زمانہ کے بادشاہ اور دین کے بزرگ اس کے مددگار رہیں گے جس کام کی طرف وہ دل لگائے گا اور اس کیلئے کوشش کرے گا وہ کام اس کی مرضی کے مطابق ہوگا۔ دشمنوں اور حسد کرنیوالوں کی بدی سے محفوظ رہے گا۔ جنات بھی انسان کی مرضی کے مطابق چلیں گے اور وہ اللہ کی پناہ میں رہے گا اور سفر کے تمام خطرات سے محفوظ رہے گا۔ سورۃ حج پارہ نمبر 18 آیت 57 تا 64 آٹھ آیتوں کے پڑھنے کا طریقہ پہلے (یَا اَللّٰہُ) گیارہ مرتبہ پڑھے پھر یہ دعا پڑھے

یَا خَیْرَ الرَّازِقِیْنَ یَا عَلِیْمُ یَا حَلِیْمُ یَا عَفُوُّ یَا غَفُوْرُ' یَا سَمِیْعُ' یَا رَحِیْمُ' یَا عَلِیُّ' یَا کَبِیْرُ' یَا لَطِیْفُ' یَا خَبِیْرُ' یَا غَنِیُّ' یَا حَمِیْدُ' یَا رَؤُفُ' یَا رَحِیْمُ' اِفْتَحْ لِیْ بَابَ رَحْمَتِکَ وَاجْعَلْ لِیْ مِنْ اَمْرِیْ فَرَجًا وَّمَخْرَجًا بِرَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ وَصَلَّی اللّٰہُ عَلٰی خَیْرِ خَلْقِهٖ وَحَمْدِهٖ وَاٰلِهٖ اَجْمَعِیْنَ۔

اس کے بعد سورۂ حج کی 57 سے 64 تک آیات انتہائی توجہ کے ساتھ پڑھیں۔

پھر پندرہ مرتبہ (یَا اَللّٰہُ) کہے

ہر قسم کے جسمانی درد سے فوری نجات کیلئے

ایک صحابی نے آکر مرض کی شکایت کی تو اس صحابی کے جواب میں رسول ﷺ نے صحابی کو یہ ارشاد فرمایا کہ مریض درد کی جگہ پر ہاتھ رکھ کر تین بار بسم اللہ کہے پھر سات بار درج ذیل دعا پڑھے اللہ کے فضل سے درد منٹوں میں دور ہو جائے گا۔

دعا انتہائی توجہ اور مرض کا سخت تصور کرتے ہوئے پڑھیں

اَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللّٰهِ وَقُدْرَتِهٖ مِنْ شَرِّمَآ اَجِدُوَ اُحَاذِرُ

قارئین کے نام اہم اعلان

تحریریں بھیجنے والے معزز قارئین سے درخواست ہے کہ اپنی تحریر کے ساتھ مکمل نام اور ڈاک ٹکٹ لگا ہوا لفافہ بمعہ مکمل پتہ اور ٹیلی فون نمبر ضرور بضرور تحریر کیا کریں۔

الحمدللہ ہزاروں قارئین تحریریں بھیجتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔

ایڈیٹر کی کتابیں رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد مشکور ہوں گے۔

فرشوں کا اکرام

عالم نقوی، گوجرانوالہ

تم پر لازم ہے کہ جب تم زبان کو زحمت دو تو اللہ کا ہی ذکر کرو۔ اس کو کسی وقت بھی نہ بھولو اور ہر حالت میں اس کی تعریف کرتے رہو

حضرت ذوالنون مصری ملک شام تشریف لے گئے تو دیکھا وہاں درخت کے نیچے ایک نوجوان عبادت کر رہا ہے۔ آپ نے آگے بڑھ کر نوجوان کو سلام کیا لیکن اس نوجوان نے کوئی جواب نہ دیا۔ ذرا دیر بعد آپ نے دوبارہ السلام علیکم کہا۔ اس پر نوجوان نے عبادت سے جلدی فراغت حاصل کر لی اور زمین پر انگلی سے ایک شعر لکھا جس کا مطلب یہ تھا کہ ''زبان کو بولنے سے اس لئے روکا گیا ہے کیونکہ وہ طرح طرح کی غلطیوں کی مرتکب ہوتی ہے۔ اس لئے تم پر لازم ہے کہ جب تم زبان کو زحمت دو تو اللہ کا ہی ذکر کرو۔ اس کو کسی وقت بھی نہ بھولو اور ہر حالت میں اس کی تعریف کرتے رہو'

حضرت ذوالنون نے جب یہ شعر پڑھا تو ایسی رقت طاری ہوئی کہ بہت دیر تک روتے رہے پھر حضرت ذوالنون مصری نے بھی جواب میں زمین پر عربی کا یہ شعر تحریر فرمایا جس کا مفہوم ہے کہ ''ہر لکھنے والا ایک روز قبر میں خاک ہوگا مگر اس کی تحریر ہمیشہ باقی رہے گی۔ اس لئے لازم ہے کہ ایسی چیزوں کے سوا کچھ نہ لکھا جائے جن کے لکھنے سے حشر کے روز مسرت وانبساط حاصل ہو کچھ اور نہ لکھا جائے''

جب اس نوجوان نے یہ تحریر پڑھی تو بلند آواز سے ایک چیخ نکالی اور وہیں واصل بحق ہو گیا۔ آپ نے چاہا کہ اس نوجوان کو غسل دے کر دفن کر دیں کہ یکا یک ایک آواز سنائی دی جیسے کوئی کہہ رہا ہو کہ ذوالنون اسے چھوڑ دو حق تعالیٰ نے اس نوجوان سے وعدہ فرمایا ہے کہ اس کی تجہیز و تکفین کی سعادت فرشتوں کے سپرد کر دی گئی ہے۔

یہ سن کر آپ اس نوجوان سے علیحدہ ہو گئے اور نماز میں مصروف ہو گئے جب نماز سے فارغ ہوئے تو دوبارہ اس جگہ تشریف لے گئے جہاں اس نوجوان کی میت رکھی تھی وہاں دیکھا تو نہ ہی میت کا وہاں نام و نشان تھا اور نہ ہی اس کی کچھ خبر تھی۔

بغیر دوائی جوڑوں کے درد کا علاج

نماز کیلئے صاف شفاف لوٹے سے وضو کریں اور پھر وضو سے فارغ ہونے کے بعد خیال رہے کہ وضو کے پانی کا ایک قطرہ تک واپس لوٹے میں نہ جائے ورنہ عمل ختم ہو جائیگا۔ وضو کے بعد پانی تین سانسوں میں پی لیں۔ ایک ہفتہ میں درد بالکل ختم ہو جائیگا۔ (محمد ادریس' ایبٹ آباد)

کتابوں کو کیڑوں سے بچانے کیلئے: نیم کی پتیاں اوراق میں ڈال دیجئے۔ کتابیں کیڑوں سے محفوظ رہیں گی۔ پتیاں بدلتے رہا کریں۔

اعتماد کی کمی | چیخ وپکار | محاسبہ | فیصلے | سب ناراض ہیں | انتظار کریں گے

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

اعتماد کی کمی

میں ایک غریب بیوہ ہوں۔ اولاد کی طرف سے کئی پریشانیاں لاحق ہیں۔ ایک بیٹا بیمار رہتا ہے، چھوٹا بیٹا ضدی ہے اور پڑھنے لکھنے میں جی نہیں لگاتا۔ بڑی بیٹی کے اندر اعتماد کی کمی ہے، مزاج بھی تیز ہے۔ ہر بات میں منفی پہلو نکال لیتی ہے۔ اس کی کسی سے دوستی بھی نہیں ہے۔ ڈر خوف بھی اس کے اندر زیادہ ہے۔ رات کو دیر سے سوتی ہے۔ ذرا سی بات پر رونا شروع کردیتی ہے۔ کوئی کام کرنا چاہتی ہے لیکن کر نہیں پاتی۔ رات کو سوتے میں ڈر جاتی ہے۔ بہن بھائیوں سے بھی گھلتی ملتی نہیں ہے۔ **(فرزانہ بی بی، گوجرہ)**

جواب: گھریلو مسائل اور ماحول کی وجہ سے بیٹی کے اندر نفسیاتی الجھنیں پیدا ہوگئی ہیں۔ ضرورت اس بات کی ہے کہ حسن تدبیر اور حکمت عملی کے ساتھ اسکے ذہن میں موجود منفی اثرات کو ختم کیا جائے۔ بیٹی کو خود سے قریب کریں، اس کے اندر موجود احساس کمتری اور احساس محرومی کو دور کرنے کی کوشش کریں۔ بیٹی کو نماز فجر کے بعد پانی پر 101 بار یَا وَدُوْدُ دم کرکے پلائیں۔ شام کو یَارَبُّ الرَّحِیْمُ اکیس بار دم کرکے پلایا جائے۔ چھوٹے صاحبزادے کو یَاوَدُوْدُ پانی پر دم کرکے پلائیں۔

ملازمت، کاروبار

میں نے معاہدے کے تحت عارضی ملازمت کی اور دو سال کرتا رہا۔ پھر یہ ملازمت ختم ہوگئی، پھر کسی کے مشورے پر قرض لے کر اپنا کام شروع کیا لیکن نتائج حسب منشاء برآمد نہیں ہوئے۔ اب دوبارہ مشکل میں ہوں۔ فیصلہ نہیں کر پارہا کہ کام کو دوبارہ شروع کروں یا ملازمت کروں۔ **(جاوید احمد)**

جواب: نماز فجر کے بعد ایک تسبیح یَا فَتَّاحُ یَا وَہَّابُ عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ تین سو بار یا وھاب پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ انشاء اللہ جلد ایسے حالات رونما ہوں گے کہ آپ کے لئے فیصلہ کرنا آسان ہوجائے گا اور وسائل بھی مہیا ہوں گے۔ حسب استطاعت صدقہ وخیرات بھی کیا کریں۔

چیخ وپکار

رات کو سوتے میں عجیب وغریب خواب نظر آتے ہیں۔ خوف کا یہ عالم ہوجاتا ہے کہ منہ سے چیخیں نکلنے لگتی ہیں۔ اس قدر زور سے چلاتی ہوں کہ محلے کے لوگ سن لیتے ہیں۔ شادی کو چار سال ہونے والے ہیں۔ کچھ حاسد لوگ ہم میاں بیوی کی علیحدگی کرانا چاہتے ہیں۔ ابھی تک میری اولاد بھی نہیں ہے، اسی وجہ سے ساس نے مجھے گھر سے بے دخل کردیا ہے اور میں والدہ کے ہاں رہتی ہوں۔ شوہر بیرون ملک ملازمت کرتے ہیں۔ میں اپنی بیماری اور حالات دونوں سے عاجز آگئی ہوں۔ **(نسیم اختر۔ سیالکوٹ)**

جواب: آپ نے جن کیفیات کا تذکرہ کیا ہے وہ جذباتی کیفیات ونفسیاتی دباؤ کی نشاندہی کرتی ہیں۔ بعض نفسیاتی اور اعصابی تکالیف میں بھی اس طرح کی علامات ظاہر ہوسکتی ہیں۔ بہتر یہ ہے کہ آپ اچھے نفسیاتی معالج سے مشورہ کریں۔ علاج کے ساتھ ساتھ صبح وشام پانی پر یَا اَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ 101 بار دم کرکے پی لیا کریں۔

قوت ارادی

مجھے سگریٹ نوشی کی عادت ہے، پہلے پہل شوقیہ شروع کی لیکن پھر ایسی عادت پڑ گئی کہ ترک کرنا محال دکھائی دیتا ہے۔ اس کے نقصانات کا علم تو ہے لیکن نشے کی عادت سے مجبور ہوں۔ کوشش کی ہے لیکن کچھ عرصے بعد دوبارہ شروع کردیتا ہوں۔ **(عبدالباسط)**

جواب: کسی بھی عادت سے نجات کا بنیادی طریقہ مسلسل قوت ارادی کا استعمال ہے۔ لہٰذا پے درپے کوششیں جاری رکھیں اور کسی مرحلے اور کسی بھی وقت کمزور نہ پڑیں۔ بھنی سونف، بادام اور مصری یا کشمش لے کر ساتھ رکھا کریں اور جب طلب ہو تو تھوڑی سی کھالیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے اکتالیس بار سورۂ یٰسین کی آیت نمبر 82 پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ ذہن میں اتنی قوت پیدا ہوجائے گی کہ آپ کا ارادہ خواہش پر غلبہ حاصل کرلے گا۔

محاسبہ

حصول روزگار کے سلسلے میں مسائل ومشکلات کا شکار ہوں۔ نوکری ملتی ہے تو زیادہ سے زیادہ چھ ماہ بعد ایسے حالات پیدا ہوجاتے ہیں کہ وہاں پر نوکری ختم ہوجاتی ہے۔ کبھی جواب مل جاتا ہے اور کبھی خود ہی نوکری چھوڑنے پر مجبور ہوجاتا ہوں۔ **(کامران ضیاء)**

جواب: نماز فجر کے بعد گیارہ بار آیت الکرسی اول آخر درود شریف کے ساتھ اور نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ کی پڑھ کر اپنے مسئلے کے حوالے سے دعا کیا کریں۔ آپ خود اپنے طرز عمل اور ذہنی کیفیات کا بھی محاسبہ کریں کہ کس حد تک نوکری میں مستقل مزاجی اور استقامت کا مظاہرہ کررہے ہیں۔

ماضی اور حال

میری عمر چالیس برس سے کچھ زیادہ ہے۔ شادی شدہ ہوں اور چار بچے ہیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ کوئی مسئلہ زندگی میں باعث مشکل نہیں ہے۔ مجھے غصہ بہت جلد آجاتا ہے۔ پہلے یہ حال نہ تھا لیکن اب یہ حالت بڑھ گئی ہے۔ بیوی تو مجھ سے بہت ڈرتی ہے کیونکہ میں اچانک غصے میں آجاتا ہوں۔ بچے بھی اکثر میرے غصے کا نشانہ بن جاتے ہیں۔ گھر کا ماحول پہلے جیسا نہیں رہا۔ بعد میں سوچتا ہوں کہ مجھے اس بات پر اتنا غصہ نہیں کرنا چاہئے تھا لیکن جب کوئی وقت آتا ہے تو میں خود پر قابو نہیں رکھ پاتا۔ **(معظم علی)**

جواب: اس قسم کی کیفیت کے بڑھنے کی وجہ تحت الشعور میں موجود مایوسی پر مبنی خیالات، ناامیدی، اعصابی تھکن اور اس قسم کی دوسری باتیں ہوسکتی ہیں جو انسان کے اعصاب پر

بلندی کیلئے: جو شخص اَلرَّافِعُ کا دن رات میں 101 مرتبہ ورد کرے گا اللہ تعالیٰ اس کو عزت، دولت اور اہلیت میں بلندی عطا کرینگے۔

مسلسل دباؤ کا باعث بن کر اسے کمزور کر دیتی ہیں، اسی لئے انسان بار بار غصہ میں آجاتا ہے جو اس کی ایک طرح کی کمزوری ہوتی ہے۔ اپنی ذہنی کیفیات اور حالات کا جائزہ لے کر ان تمام باتوں کا سدباب کریں۔ مناسب جسمانی ورزش اور تفریح کو اپنے معمولات میں شامل کریں۔ نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں خالی پیٹ بیٹھ کر آہستگی سے گہری سانس لیں اور نکالا کریں، بعد ازاں پانی پر ایک سو ایک بار یَارَحِیْمُ دم کر کے پی لیا کریں۔

فیصلے

مصائب و پریشانیوں نے ہمارا گھر دیکھ لیا ہے۔ ایک مسئلہ ختم نہیں ہوتا کہ دوسرا موجود ہوتا ہے۔ ان مسائل میں معاشی مسائل بھی شامل ہیں۔ گھر میں اتفاق اور محبت کی کمی ہوتی جارہی ہے۔ بروقت اور درست فیصلہ کرنے سے لوگ عاری ہوتے جارہے ہیں۔ گھر کے بڑوں کے خیالات بھی ایک دوسرے سے نہیں ملتے۔ والد کی صحت اچھی نہیں ہے اور بھائی ایک عرصے سے روزگار کے مسائل سے دوچار ہے۔ ایک پرسکون گھر روز بہ روز پیچیدہ حالات میں الجھتا جارہا ہے۔

(زینت علی)

جواب: افراد خانہ سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ اکتالیس بار آیت کریمہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں۔ بھائی سے کہیں کہ وہ نماز فجر کے بعد یَـافَتَّـاحُ یَـارَزَّاقُ ایک تسبیح پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے معاشی حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کرے۔ گھر کے لوگوں کو بھی چاہیے کہ اپنے تمام معاملات میں تنظیم و اتفاق پیدا کرنے کی ہر ممکن کوشش کریں۔

منگیتر

میری منگنی کو سال بھر سے زیادہ ہوگیا ہے۔ اس دوران میرے منگیتر نے نوکری کو خیر باد کہہ کر دوسری نوکری کی تلاش شروع کرلی لیکن ابھی تک انہیں مناسب نوکری نہیں ملی ہے۔ اس صورتحال نے مجھے سخت ذہنی مشکل سے دوچار کر دیا ہے۔ میرے گھر والے جلد شادی کے خواہاں ہیں لیکن معاشی صورتحال کی وجہ سے شادی کی تاریخ آگے بڑھ رہی ہے۔

(ناہید افتخار)

جواب: منگیتر سے کہیں کہ وہ نماز فجر کے بعد آیت کریمہ گیارہ بار، آیت الکرسی تین بار اور بسم اللہ شریف اکیس بار پڑھ کر اپنے مقصد کیلئے دعا کیا کرے اور یہ عمل نوے دن لگاتار کرے۔ انشاء اللہ جلد فضل الٰہی شامل حال ہوگا۔

جسم وجاں

شادی کے بعد سے خراب حالات کا سامنا کررہی ہوں۔ کوئی نہ کوئی جسمانی تکلیف یا بیماری لاحق رہتی ہے۔ ایک آپریشن بھی ہوا۔ اعصابی تکلیف بھی ہوگئی ہے۔ ازدواجی معاملات بھی اچھے نہیں ہیں۔ شوہر لاپرواہ اور سخت مزاج ہیں۔ اخراجات کیلئے پیسے دینے میں سخت کوتاہی کرتے ہیں۔ ہر طرف سے مشکل حالات کا سامنا ہے۔ **(شیریں کنول)**

جواب: جسمانی و ذہنی صحت کے لئے علاج، پرہیز و احتیاط کے ساتھ ساتھ صبح شام پانی پر سورۂ حشر کی آیت 22 اور 23 اکیس اکیس بار دم کر کے پی لیا کریں۔ رات سونے سے پہلے 101 باریَـااَلـلّٰهُ یَاکَرِیْمُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اللہ تعالیٰ شفاء عطا فرمائیں گے۔

سب ناراض ہیں

محترم! میں ایک شادی شدہ عورت ہوں، میرے والدین اور بہن بھائیوں کا رویہ اور سلوک مجھ سے شروع سے ہی اچھا نہیں ہے۔ میرے شوہر کا رویہ بھی بہت برا ہے۔ غرض یہ کہ مجھے کسی سے کوئی فیض نہیں ہے نہ ہی میری کوئی قدر ہے۔ دوسرا یہ کہ ہمارے مالی حالات بہت ہی خراب ہوگئے ہیں میرے میاں بلڈنگ میٹریل کی دکان کرتے ہیں جہاں برائے نام گاہک آتا ہے، نہ ہی کوئی کام ملتا ہے۔ میں انتہائی پریشانی اور مایوسی کی زندگی گزار رہی ہوں۔ مہربانی فرما کر میری رہنمائی فرمائیں۔ **(ناہید، کراچی)**

جواب: عجیب سی بات ہے کہ آپ کے اپنے گھر والے اور آپ کے سسرال والے دونوں ہی آپ سے خوش نہیں ہیں۔ سنجیدگی سے اپنا جائزہ لیجئے اور اپنی زبان کی خامیوں پر قابو پائیں۔ ''یَاسَلَامُ'' بکثرت پڑھیں۔ نماز کی پابندی کیجئے۔

انتظار کریں گے

پچھلے سال میری منگنی ہوئی ہم دونوں ایک دوسرے کو پسند کرتے تھے اور کرتے ہیں۔ بہت مشکل سے ہماری منگنی ہوئی۔ کچھ عرصے بعد میں نے ان کو شادی کیلئے کہا لیکن انہیں بزنس میں کچھ نقصان ہوگیا تو میں نے اپنے اکاؤنٹ میں سے کچھ ان کو دے دیا کہ چلو آپ اپنا بزنس سیٹ کرلو شادی ہوجائے گی۔ پھر ایک سال بعد انہوں نے کہا کہ عید کے بعد شادی کرلیں گے۔ میرے دیور کی ٹانگ ٹوٹ گئی ہم پھر خاموش ہوگئے۔ اس سارے عرصے میں ان کے ایک دوست کی بیوی آگئی۔ اصل اس عورت نے خراب کیا وہ نہیں چاہتی کہ میری اور (ط) کی شادی ہو۔ میں نے ان سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ پیسے کا پرابلم ہے میں نے بری کے 11 سوٹ خود خریدے لہنگا فیصل آباد سے بڑے شوق سے بنوایا۔ ان کی والدہ سے شادی کیلئے بات ہوئی تو کہا ابھی ایک سال تک ہم شادی نہیں کرسکتے اور اگر آپ کو جلدی ہے تو آپ جہاں چاہیں شادی کرلیں پھر میری والدہ نے کہا کہ نہیں ہم انتظار کرلیں گے۔ میں کیا کروں مجھے کچھ سمجھ میں نہیں آتا میں اس شخص کے بغیر نہیں رہ سکتی، مجھے کوئی وظیفہ دیں کہ جلد از جلد ہماری شادی ہوجائے۔

جواب: آپ کے مسئلے پر غور کیا گیا۔ آپ بداثرات اور بندش کے زیر اثر ہیں۔ فکرمند نہ ہوں۔ اللہ تعالیٰ کی ذات بابرکات پر بھروسہ رکھیں۔ آپ ہر روز بعد نماز عشاء 313 مرتبہ ''یَـاکَرِیْمُ، یَاسَلَامُ بِحَقِّ یَالَطِیْفُ یَاقَائِمُ'' اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر دعا مانگیں۔ اللہ تعالیٰ اپنا کرم فرمائیں گے انشاء اللہ۔ نماز کی پابندی ضرور فرمائیں۔

(فائزہ رفیق، اسلام آباد)

کتابوں کی دکان

محترم! میری کتابوں کی دکان ہے تین سال ہوگئے ہیں پہلے پہل تو ٹھیک چلتی تھی لیکن اب تو سیل نہ ہونے کے برابر ہے یعنی 400 یا 500 روپے دکان کرایہ کی ہے۔ مہینے کا کرایہ بڑی مشکل سے اکٹھا ہوتا ہے۔ دکان دن بدن خالی ہوتی جارہی ہے خرچے بڑھتے جارہے ہیں۔ آمدن کا کوئی اور ذریعہ بھی نہیں جس سے گزارہ ہوسکے ماں باپ بوڑھے ہیں اور کوئی ذاتی جائیداد بھی نہیں۔ اگر کچھ عرصہ ایسے حالات رہے تو نوبت فاقوں تک پہنچ جائے گی۔ اللہ کیلئے کوئی ایسا وظیفہ دیں جس سے اللہ تعالیٰ میرے حالات پر رحم فرمائیں۔

جواب: اللہ تعالیٰ آپ کے کاروبار میں برکت عطا کرے۔ آپ ہر روز بعد نماز عشاء 313 مرتبہ ''یَاکَرِیْمُ یَاسَلَامُ بِحَقِّ یَاوَهَّابُ'' اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر دعا مانگیں۔ اللہ تعالیٰ اپنا کرم فرمائینگے انشاء اللہ۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔

بغیر روپوں کے شوگر کا خاتمہ

بندہ کی والدہ محترمہ کے مشورہ پر بندہ کے نانا اور نانی جان نے نسخہ باقاعدگی سے استعمال کیا جو کہ تیز بحدف ثابت ہوا اور اب اللہ تعالیٰ کی رحمت اور فضل وکرم سے بندہ کے نانا اور نانی جان کو گھٹنوں کے جوڑوں کی تکلیف سے یکسر نجات حاصل ہوچکی ہے

جوڑوں کا درد ختم ہوگیا

ماہ فروری 2009ء کے ماہنامہ عبقری میں قارئین کی خصوصی تحریروں میں بندہ کی والدہ محترمہ نے مطالعہ کیا۔ ان دنوں میں بندہ کے نانا اور نانی جان جوڑوں کے شدید قسم کے درد میں مبتلا تھے اور گھٹنوں میں شدید درد کی وجہ سے نماز پڑھنا اٹھنا بیٹھنا اور چلنا پھرنا شدید مشکل تھا۔ محترم نانا جان ہر تیسرے یوم تکلیف برداشت نہ کرنے کی وجہ سے اکثر کراہتے رہتے تھے۔ بندہ کی والدہ محترمہ نے جوڑوں کے درد سے نجات کا نسخہ پڑھا اور بمطابق نسخہ بندہ کے نانا اور نانی جان کو ذیل طریقہ سے استعمال کروایا۔ پانچ عدد مرغی کے انڈے لے لیں۔ نماز فجر کے بعد نہار منہ ایک کچا انڈا پی لیں۔ اس کے بعد چار عدد سے آٹھ عدد تک بادام لے کر چبائیں۔ انڈہ ایک دن چھوڑ کر استعمال کروائیں۔ پانچ عدد انڈے دس دنوں میں استعمال کرنے ہیں۔ بادام روزانہ استعمال کرنے ہیں۔ بادام کے استعمال میں ناغہ نہیں ہونا چاہیے۔ اگر دس دنوں میں افاقہ نہ ہوتو علاج بڑھا دیں۔ بندہ کی والدہ محترمہ کے مشورہ پر بندہ کے نانا اور نانی جان نے نسخہ باقاعدگی سے استعمال کیا جو کہ تیر بہدف ثابت ہوا اور اب اللہ تعالیٰ کی رحمت اور فضل وکرم سے بندہ کے نانا اور نانی جان کو گھٹنوں کے جوڑوں کی تکلیف سے یکسر نجات حاصل ہوچکی ہے اور الحمدللہ اب محترم نانا اور نانی جان باقاعدگی سے نماز ادا کرتے ہیں اور بغیر کسی سہارے نوجوانوں کی طرح نارمل زندگی گزارتے ہیں۔ ماہنامہ عبقری اور جناب ایڈیٹر صاحب کا صد بار شکریہ اللہ اس صدقہ جاریہ کو رہتی دنیا تک جاری وساری اور قائم ودائم رکھے۔ آمین۔

شوگر نارمل ہوگئی

والدہ محترمہ شوگر کے عارضہ میں عرصہ تقریباً پندرہ سال سے مبتلا ہیں اور اکثر و بیشتر شوگر لیول کی کمی وبیشی سے پیدا ہونے والی مشکلات کا شکار رہتیں اور شوگر کی انگریزی ادویات کے سہارے چل رہی تھیں اور والدہ محترمہ کی صحت بھی روز بروز شوگر کی ادویات کے مسلسل استعمال سے پیدا ہونے والے سائیڈ ایفیکٹ کی وجہ سے گرتی چلی جارہی تھی۔ قارئین کی ماہ فروری 2009ء میں خصوصی تحریروں میں شوگر کے مرض کا آسان اور سستا علاج پڑھا اور پڑھ کر بمطابق علاج بھوسا/توڑی جو گائے اور بھینس وغیرہ کو کھلائی جاتی ہے کی ایک چٹکی مٹی کے برتن میں پانی ڈال کر رات بھگودی جاتی اور صبح نہار منہ چھان کر پی لیں۔ نسخہ کے علاج سے والدہ کی شوگر نارمل ہوگئی اور اب مسلسل استعمال سے والدہ محترمہ کی صحت بھی دن بدن اچھی ہوتی چلی جارہی ہے اور شوگر بھی نارمل رہنے لگی ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اور ماہنامہ عبقری کو دن دگنی رات چوگنی ترقی عطا فرمائے۔ آمین **(شاہد شوکت، فیصل آباد)**

سچا منجن

مجھے تقریباً دو سال سے مسوڑھوں میں ورم کا مسئلہ تھا اس کے علاوہ مسوڑھوں سے خون بھی آتا تھا جب دانت صاف کرتا تو انتہائی تکلیف ہوتی کیونکہ مسوڑھوں کی جلد دانتوں سے کئی جگہ سے الگ ہوگئی تھی جس کی وجہ سے کھانے میں بھی تکلیف ہوتی۔ دو تین ڈاکٹرز کو بھی چیک کرایا سب نے الگ الگ ہی علاج بتائے جو کہ میں نے کیے مگر فائدہ ہونے کی بجائے مسئلہ جوں کا توں تھا۔ میں نے عبقری میں سچا منجن کے بارے میں پڑھا اور اسی ہفتے اپنے شوہر سے یہ منجن منگوا کر استعمال کیا اس کے چند دفعہ استعمال سے جہاں باقی تکلیفیں دور ہوئیں وہاں ایک بات یہ بھی محسوس کی کہ آپ ہر قسم کی ٹوتھ پیسٹ استعمال کرنے کے تھوڑی دیر بعد کوئی چیز بھی کھائیں تو دانتوں پر پیلاہٹ جم جاتی ہے جبکہ سچا منجن استعمال کرنے کے بعد بالامر مجبوری کسی وقت دانت نہ بھی صاف کیے جائیں تو بھی دیر تک پیلاہٹ نہیں جمتی میرے گھر والوں نے بھی استعمال کیا سب نے اس کو منفرد ہی پایا۔ **(ام حذیفہ، اسلام آباد)**

روحانی پھکی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم ورحمتہ اللہ وبرکاتہٗ آپ کی دعاؤں سے بندہ خیریت سے ہے آپ کی خیریت مالک ارض وسماء سے نیک مطلوب ہے۔ ایک ماہ پہلے کی بات ہے کچھ دوائیاں لینے کیلئے عبقری کے دفتر میں حاضر ہوا دواؤں کے ساتھ ایک دوا مفت ملی۔ (روحانی پھکی) گھر جاکر بچوں کو چٹکی بھر دینا شروع کی۔ بڑا بچہ ذہنی طور پر کچھ کمزور ہے کچھ دنوں کے بعد میں یہ محسوس کرنے لگا کہ بڑا بچہ پہلے سے زیادہ اچھے طریقہ سے سبق سنا رہا ہے میں نے اسے کہا کہ میرا خیال ہے اب تم زیادہ محنت کرنے لگ گئے۔ کہنے لگا محنت تو میں پہلے بھی کرتا تھا اور اب بھی کرتا ہوں جب سے میں نے (روحانی پھکی) لی ہے تب سے مجھے بڑا اچھے طریقہ سے یاد ہوجاتا ہے۔ میں بڑا حیران ہوا کہ کمال کردی پھکی نے۔ اس کے بعد میرا دفتر کام اکاؤنٹ کا ہے تو سر میں درد پٹھوں کا کھچاؤ وغیرہ کام کی زیادتی کی وجہ سے ہوجاتا ہے۔ میں نے سوچا کہ میں خود بھی لینی شروع کردوں خیر میں نے چٹکی بھر دن میں تین دفعہ شروع کردی۔ بڑے حیران کن نتائج سامنے آئے۔ مجھے سر میں درد یا بھوکے رہنے سے ہوتی ہے یا کام کی زیادتی کی وجہ سے ہوتی تھی وہ سب ٹھیک ہوگئی۔ اس کے بعد جس کو بھی میں نے دوائی کا بتایا اور پھر اس نے دوائی استعمال کی کبھی اس دوائی نے مایوس نہیں کیا۔ پھر آپ کیلئے دعاؤں کے وہ سلسلے شروع ہوئے کہ میں بیان نہیں کرسکتا پھر لوگوں نے آپ کو اور آپ کی نسلوں کے حق میں جو دعائیں دیں اللہ تعالیٰ ان تمام دعاؤں کو آپ کے حق میں قبول فرمائے (آمین)۔ **(سعید احمد)**

❤ دل سے پڑھیں ❤

- ❤ کسی کو پالینا محبت نہیں کسی کے دل میں جگہ بنالینا محبت ہے۔
- ❤ نیک، شریف، باکردار، خدمت گزار بیوی اللہ کا انعام ہے۔
- ❤ دوستی خوبصورت چہروں سے نہیں خوبصورت دل سے کریں۔
- ❤ آخرت کا کام آج کرو اور دنیا کا کام کل پر چھوڑ دو۔
- ❤ سلام میں پہل کرو اس سے آپس میں محبت بڑھتی ہے۔
- ❤ قبر کے کنارے اگر انسان گزرے تو اس کیلئے بڑی نصیحت ہے۔
- ❤ انسان کو اپنا احتساب اس وقت سے پہلے کرلینا چاہیے جب اس کا احتساب ہوگا۔
- ❤ جو نیکی انسان میں تکبر پیدا کردے اس سے وہ گناہ بہتر ہے جو اس میں عاجزی پیدا کردے۔
- ❤ آنسو روکنا آنسو بہانے سے زیادہ مشکل ہے۔
- ❤ اپنی نیکیوں کیلئے پوشیدہ جگہ بناؤ جس طرح گناہ کیلئے بناتے ہو۔
- ❤ اگر مستجاب الدعوت بننا چاہتے ہو تو لقمہ حلال کے سوا کچھ بھی پیٹ میں نہ ڈالو۔
- ❤ جھکنا چاہتے ہو تو سجدے میں جھکو۔
- ❤ پڑھنا چاہتے ہو تو قرآن پڑھو اور اس پر عمل کرو۔
- ❤ والدین اپنی بیٹیوں کو سب کچھ دے سکتے ہیں لیکن بہترین قسمت نہیں۔ **(عظمیٰ عبدالستار میمن)**

چاولوں کو کیڑوں سے بچانے کیلئے: چاولوں میں پسا ہوا نمک ملا دیں۔ ایک من چاولوں کیلئے ایک سیر نمک کافی ہے۔

جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل

مجھے خود بے شمار جنات نے بتایا کہ جب عورت کا جسم ننگا یعنی شارٹ لباس، کھلے بال اور موبائل کی موسیقی والی گھنٹیاں یا گھر میں موسیقی ہوتی ہے ہم اس گھر میں ڈیرہ ڈال دیتے ہیں اور سارے گھر کے نظام کو برباد کردیتے ہیں۔ایک شریر جن نے قہقہہ لگاتے ہوئے کہا کہ اس گھر میں ہم دھمال ڈالتے ہیں

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

10۔ ہمارا ایک گاؤں میں گھر ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ اسے ہم سے کوئی خرید لے لیکن وہ بکتا ہی نہیں ہے اگر کبھی کوئی بھولے سے اسے لینے کی بات کرتا ہے تو وہ مناسب پیسے دینے کا بھی روادار نہیں ہوتا۔ ہمارے مکان کے ساتھ ایک چھوٹی سی مسجد ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ وہ گھر کوئی مسجد کیلئے ہی لے لے لیکن ہمیں مناسب قیمت دیدے کیونکہ والد صاحب کی ہم 3 بیٹیاں بڑی ہیں اور ہماری شادی کی وجہ سے وہ گھر فروخت کرنا چاہتے ہیں۔ ہمارے تین بھائی بڑے ہیں۔ وہ جو بھی کوئی کام کرتے ہیں ہمیں ان کی وجہ سے پریشانی ہی اٹھانی پڑتی ہے۔ جو کام کریں نقصان اٹھاتے ہیں یا تو مالی نقصان ہوجاتا ہے یا پھر کوئی حادثہ ہوجاتا ہے۔ بچے بہت زیادہ ضد کرتے ہیں' بحث کرتے ہیں' بھائی آپس میں جھگڑا کرلیتے ہیں' گھر کا سکون تو گیا ہی سمجھو۔ چھوٹی دو بہنوں کے رشتے کا بھی مسئلہ ہے کہ ان کا کہیں اچھی جگہ رشتہ طے ہوجائے۔ گھر میں پیسوں کا اتنا مسئلہ ہے کہ صندوق کے تالوں میں رکھے ہوئے پیسے گم ہوجاتے ہیں۔ والد صاحب جب بھی گھر میں رات کے وقت اپنے کپڑے رکھتے ہیں ان میں سے پیسے ضرور کم ہوجاتے ہیں۔ اگر گھر میں کوئی موجود ہو تو پھر ایک دوسرے پر الزام لگانا شروع کردیتا ہے کہ فلاں پہلے سو کر اٹھا تھا اس سے پوچھیں وہ بھی انکار کردے تو پھر جھگڑا شروع ہوجاتا ہے۔ کتنا ہی لڑ لیں' جھگڑ لیں' رولیں ایک دوسرے کو الزام دے لیں لیکن گم ہونے والے پیسے واپس کبھی نہیں ملتے' پریشانی حد سے بڑھ جاتی ہے۔ معاملہ یہاں تک بگڑ چکا ہے کہ اگر گھر میں کوئی بھی نہ ہو اور وہ ہی ہو جس نے پیسے رکھے ہیں تو بھی پیسے گم ہوجاتے ہیں۔ ہاتھوں میں پیسے غائب ہوجاتے ہیں۔ برائے مہربانی ہم ایک دوسرے پر بھروسہ کرتے ہوئے بھی نہیں کرتے تمام رشتے دار ہمیں حقیر سمجھتے ہیں اور ہمارے گھر پر آتے بھی تو احسان کرنے کیلئے اور قرضہ ہمارے سر پر تقریباً 5 لاکھ تک ہوچکا ہے والد صاحب بہت پریشان رہتے ہیں جو بھی لوگ ملتے ہیں کالا جادو بتاتے ہیں یا جنات ہیں یا جنات جادو کے ذریعے مسلط ہیں۔ (پوشیدہ)

11۔ ہماری ایک جاننے والی فیملی لاہور میں رہتی ہے۔ انہوں نے مجھے چند روز پہلے بتایا کہ ان کے گھر میں بڑی پریشانی رہی۔ پوچھنے پر معلوم ہوا کہ ان کے بچوں کے سالانہ امتحانات ہونے والے تھے مگر بچے پڑھنے کی بجائے آپس میں ہر وقت لڑتے رہتے جب بھی خاتون اپنے بچوں کو پڑھانے کیلئے بیٹھتی کسی نہ کسی بات پر جھگڑا شروع ہوجاتا۔ گھر میں چیزیں ادھر اُدھر ہورہی تھیں۔ غسل خانے سے شیمپو، تیل اور صابن یا تو غائب ہوتے یا پھر خالی ہوتے۔ اس خاتون کی بڑی بیٹی جو کہ دس گیارہ سال کی ہے اس نے بتایا کہ اس کو سبز اور سرخ رنگ میں کوئی چیز نظر آتی ہے اس کے پاؤں اور ہاتھ تو بڑے بڑے ہیں مگر قد کافی چھوٹا ہے۔ اس خاتون کو پہلے تو اپنے بچوں پر شک تھا کہ وہ گھر کی چیزوں کو ادھر اُدھر کرتے ہیں مگر اب ان کو کافی پریشانی ہوئی۔ خاتون نے کسی روحانی عامل سے بات کی جس نے پڑھائی کرنے کے بعد بتایا کہ یہ جنات کے بچے ہیں جو کہ آپ کے بچوں کے ساتھ پارک سے گھر آگئے ہیں جیسے ہی ان جنات کو گھر سے نکالنے کی کوشش کی گئی ان کی شرارتیں زیادہ ہوگئیں۔ ان جنات کے بچوں نے گھر سے ایک موبائل اٹھالیا۔ اس کے بعد آہستہ آہستہ 20 تولہ سونا غائب کردیا۔ اس عامل کے کہنے پر خاتون خانہ نے 7 مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر چیزیں اکٹھی کرنا شروع کردیں مگر معلوم یہ ہوا کہ وہ مسلمان جنات تھے وہ 70 مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر چیز اٹھالیتے تھے۔ بہرکیف گھر میں کافی پریشانی رہی جو کہ بالآخر 5 وقت اذان دینے سے دور ہوئی۔ یہ مخلوق اس گھر سے چلی گئی اور جاتے جاتے سونا تو واپس کرگئی مگر موبائل فون واپس کرکے نہیں گئی۔ **(پوشیدہ)**

12۔ 15 فروری 2009ء کو ہم نے ایک مکان کرائے پر لیا اس وقت مجھے اسٹور میں اگربتی کی کافی خوشبو محسوس ہوتی تھی اسے اچھی طرح دھونے کے بعد بھی وہ خوشبو آتی رہتی تھی لیکن ہم نے کوئی نوٹس نہیں لیا۔ پچھلے تقریباً تین ماہ سے رقم غائب ہونے لگی لیکن ہم نے سمجھا کہ کہیں خرچ ہورہی ہے۔ ایک ماہ پہلے تقریباً 80 ہزار روپے ایک جگہ پر رکھے ہوئے تھے۔ اس میں سے 15 ہزار والے اور کچھ پانچ سو والے نوٹ تھے ان میں سے صرف 5 ہزار والے نوٹ جو تقریباً 60 ہزار بنتے تھے غائب ہوگئے اور کافی تحقیق کے بعد بھی پتہ نہ چل سکا کہ وہ کہاں خرچ ہوئے۔ اب بروز جمعہ شاپنگ پر جانے کیلئے میں دراز سے 5 ہزار روپے نکالے اور باقی 16 ہزار روپے اس کے اندر تھے۔ بروز ہفتہ کسی کام کے سلسلے میں ضرورت پڑی تو دیکھا کہ 16 کی بجائے صرف 6 ہزار روپے پڑے ہیں۔ اتوار کو آج بچے نے سٹور کی لائٹ بند کی اور دروازہ بھی۔ ایک منٹ کے بعد دوبارہ دیکھا تو لائٹ آن تھی اور دروازہ بھی کھلا تھا اور خوشبو آرہی تھی۔ اسکے علاوہ اور بھی کچھ اشیاء ذہن میں ہونے کے باوجود غائب ہوئیں جن میں کسی شک وشبہ کی گنجائش نہیں۔ **(افتخار احمد' لاہور)**

13۔ کچھ دن پہلے میرے پرس کے اندر سے ایک سونے کی انگوٹھی جس پر ہیرے جڑے تھے وہ گم ہوگئی ہے اور ایک میرے دیور کا موبائل گم ہے' ہم سعودیہ میں رہتے ہیں اور یہاں اپنی امی کے گھر ڈلیوری کے سلسلے میں آئی تھی جب سے مشکل میں ہوں۔ بہت نقصان ہورہا ہے آپ کوئی ایسا عمل بتائیں کہ میری چیزیں مجھے واپس مل جائیں۔ خاص کر میری گولڈ کی انگوٹھی جو مجھے بے حد پسند تھی۔ **(پوشیدہ)**

علاج: سورۃ فلق مع تسمیہ 200 بار، سورۃ الناس مع تسمیہ 200 بار شام چلتے پھرتے پڑھیں۔ گھر کا ہر فرد پڑھے تو نفع زیادہ ہوگا۔ یَاقَابِضُ یَامُمِیْتُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ اَحْمَدُ رَسُوْلُ اللّٰہِ سارا دن پاک ناپاک، وضو بے وضو پڑھیں گھر کا ہر فرد پڑھے اتنا کہ روزانہ ہزاروں کی تعداد میں پڑھیں۔ مال کی زکوٰۃ پوری گن گن کر دیں۔ اکثر خواتین مال اور زیورات کی زکوٰۃ نہیں دیتیں۔

رزق حرام مشکوک اور کسی کا حق جب بھی گھر میں آتا ہے رحمت رک جاتی ہے۔ حفاظت کے فرشتے چلے جاتے ہیں اور عذاب' ناراضگی اور شریر جنات کے راستے کھل جاتے ہیں۔ جس گھر میں تصویر چاہے کیبل ڈش ٹی وی یا دوسری تصویروں کی شکل میں ہوگی وہاں نقصانات ہی نقصانات ہوں گے۔ لہٰذا اپنے گھر میں اور اردگرد اپنے ہی ماحول اور حالات پر خود نظر ڈالیں حتیٰ کہ مجھے خود بے شمار جنات نے بتایا کہ جب عورت کا جسم ننگا یعنی شارٹ لباس، کھلے بال اور موبائل کی موسیقی والی گھنٹیاں یا گھر میں موسیقی ہوتی ہے ہم اس گھر میں ڈیرہ ڈال دیتے ہیں اور سارے گھر کے نظام کو برباد کردیتے ہیں۔ ایک شریر جن نے قہقہہ لگاتے ہوئے کہا کہ اس گھر میں ہم دھمال ڈالتے ہیں پھر گھر والوں کو پریشانیوں مصیبتوں اور نقصانات میں بے بس کردیتے ہیں۔ قارئین اب فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے۔

خاص نوٹ: اگر آپ سب سے طاقت ور علاج چاہتے ہیں تو آپ کیلئے ایک تحفہ پیش خدمت ہے کہ تمام گھر والے عورتیں، مرد ہر پل نماز والی اذان زیادہ سے زیادہ دیں۔ اور آپ اگر زیادہ کرینگے تو چوری بھی واپس ہوگی اور آئندہ بھی نہیں ہوگی۔ (انشاءاللہ)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

والدین کی محبت اپنے بچوں سے مثالی ہوتی ہے لیکن خصوصی بچوں کی تربیت پرورش بیحد صبر آزما کام ہے، لوگ ایسے بچوں کو اداروں میں داخل کروادیتے ہیں پھر بھی ہمارے معاشرے میں انہیں اپنے گھر اور اپنے ساتھ رکھنے کا رجحان عام ہے' خصوصی بچے والدین کیساتھ ہی رہتے ہیں

اگر تلاش کریں تو

مجھے سب سے شکایت ہے۔ بیوی، بچوں کو مجھ سے کوئی ہمدردی نہیں۔ دو بیٹے ملازمت کرتے ہیں۔ بیوی بھی کالج میں پڑھاتی ہیں۔ ان لوگوں کو میرا خیال نہیں رہتا۔ میں بھی ایک نجی ادارے میں ملازمت کرتا تھا کہ اچانک انہوں نے فارغ کردیا۔ اب کیا کہیں کوشش کروں، ہر طرف تو بیروزگاری ہے۔ غصہ کرتا ہوں تو کوئی پرواہ نہیں کرتا۔ آخر میں گھر کا سرپرست ہوں مگر کسی کو احساس ہی نہیں۔ کیا میرے گھر والوں کا کوئی نفسیاتی علاج ہوسکتا ہے کیونکہ میرے خیال میں ان میں کوئی بھی نارمل نہیں۔

(عابد شیخ۔راولپنڈی)

مشورہ: یہ تو اچھی بات ہے کہ آپ کے بیٹے اور بیوی نے گھر کی ذمہ داری سنبھالی ہوئی ہے اور آپ کام نہیں کررہے، پھر بھی وہ لوگ کوئی شکایت نہیں کرتے، ورنہ آپ گھر کے سرپرست ہیں، آپ پر تو سب سے زیادہ ذمہ داریاں عائد ہوتی ہیں۔ اگر تلاش کریں گے تو جاب مل ہی جائے گی۔ بیروزگاری ہونے کے باوجود بے شمار لوگ برسر روزگار ہیں۔ آپ نے کوشش کی تو ضرور کامیاب ہوں گے۔ گھر والوں پر ناراض نہ ہوں، اگر کچھ نہیں تو انہیں محبت تو دی جاسکتی ہے۔ غصہ کر کے اپنے وجود کا احساس دلانا تو مریضانہ رویہ ہے۔ آپ کے گھر والے نارمل ہیں، ان کے لئے اچھے جذبات رکھیں۔

یونہی کبھی کبھی

میرے بچے بڑے ہوگئے ہیں۔ میں گھر میں تقریباً فارغ رہتی ہوں۔ گزشتہ دنوں اپنی ایک دوست کے ساتھ خصوصی بچوں کے ادارے میں جانا ہوا۔ مجھے حیرت ہوئی کہ وہاں ایسے بہت سے بچے رہتے ہیں جن کے ماں باپ ہیں اور وہ خود انہیں مستقل وہاں چھوڑ گئے ہیں۔ کئی ایسے بچے تھے جو بالکل لاوارث بھی تھے۔ میں نے ارادہ کیا ہے ان میں ایک بچے کی ذمہ داری میں سنبھال لوں لیکن پھر اپنے بچوں کی طرف سے فکر ہوتی ہے کہ وہ برا مان جائیں گے۔ کبھی میں اسے گھر پر رکھوں گی یا سیر و تفریح کرواؤں گی تو مسئلہ ہوگا۔ بچوں کو کیسے سمجھایا جاسکتا ہے۔ اور خاص طور پر بڑے بچوں کو سمجھانا تو بے حد مشکل لگتا ہے۔

(فریدہ شیخ۔کراچی)

مشورہ: والدین کی محبت اپنے بچوں سے کس قدر مثالی ہوتی ہے لیکن خصوصی بچوں کی تربیت و پرورش بیحد صبر آزما کام ہے، اسی لئے لوگ ایسے بچوں کو ان اداروں میں داخل کروا گئے ہیں پھر بھی ہمارے معاشرے میں انہیں اپنے گھر اور اپنے ساتھ رکھنے کا رجحان عام ہے اور بہت سے خصوصی بچے والدین کے ساتھ ہی رہتے ہیں۔ آپ لاوارث بچے سے ہمدردی رکھنے لگیں۔ ہوسکتا ہے کہ یہ کیفیت عارضی ہو اور کچھ دن بعد ان میں سے کسی بچے کو اپنانے کی خواہش ماند پڑجائے۔ اگر آپ ان کے اخراجات برداشت کرسکتی ہیں یا یوں ہی کبھی کبھی کسی کے لئے کوئی چیز لے جا کر دے سکتی ہیں تب تو آپ کے ساتھ وہ مسائل نہ ہوں گے جن پر یہ پریشانی ہورہی ہے۔ اسے گھر پر اپنے ساتھ رکھنے کے بارے میں نہ سوچیں۔

ابتدائی تربیت میں خرابی

میرے بیٹے کو یہ وہم ہوگیا ہے کہ مجھے اس کا خیال نہیں اور میں اس کی والدہ سے بھی اور گھر پر آنے والے رشتے داروں سے بھی شکایتیں کرتی رہتی ہوں، وہ مجھے غلط سمجھتا ہے۔ میں اس کی بھلائی چاہتی ہوں اور وہ بدگمان ہورہا ہے۔ کوئی سمجھانے والا بھی نہیں، سسرال میں سب میرے خلاف بچے کو بھڑکاتے ہیں۔ ہم سب ساتھ ہی رہتے ہیں۔

(شہلا عمر۔لاہور)

مشورہ: آپ نے بیٹے کی عمر نہیں لکھی۔ بچوں کی تربیت میں اس طرح کے کئی مشکل مراحل آتے ہیں جب والدین ان کے ساتھ بھلائی کررہے ہوں اور وہ برائی سمجھ رہے ہوتے ہیں۔ اپنی بات کو پراثر بنانے کیلئے اسے محبت کا احساس دلا دینا چاہیے۔ آپ ماں ہیں خیال تو بہت رکھتی ہوں گی لیکن بچے اس محبت کا احساس نہیں کرپاتے۔ خاندان والوں کے سامنے اسے برا بھلا نہ کہیں اور نہ کسی سے شکایتیں کریں۔ اس طرح بچوں کی عزت نفس متاثر ہوتی ہے۔ والد سے علیحدگی میں بچے کے حوالے سے گفتگو کی جاسکتی ہے اور ضروری ہو تو بچے کو بھی شامل کرلیں۔ جو لوگ بچے کو آپ کے خلاف بھڑکاتے ہیں ان کی پرواہ نہ کریں۔ وقت کے ساتھ حقائق سامنے آہی جاتے ہیں۔

میں بہت خفا ہوا

میری بیوی ایک عزیز کی شادی میں گئی۔ گاؤں دور ہونے کی وجہ سے ایک رات وہاں رکنا پڑا، دوسرے دن واپس آگئی اور پھر کھوئی کھوئی سی رہنے لگی۔ میرے پوچھنے پر بتایا کہ مجھے شادی میں ایک لڑکا اچھا لگا تھا۔ اس سے محبت ہوگئی۔ یہ سن کر تو میں بہت خفا ہوا اور میرا دماغ خراب ہوا۔ میں نے پوچھا کہ آخر مجھ میں کیا کمی تھی، بہرحال اس نے مجھ سے معافی مانگی اور یہ وعدہ کیا کہ اب کوئی ایسی بات نہ ہوگی۔ مگر میرے دماغ میں غلط باتیں آرہی ہیں کیونکہ آج کل پھر وہ گانے گاتی ہے تو میں بہت پریشان ہوتا ہوں۔ طلاق دینے کے بارے میں سوچتا ہوں۔ **(س۔صوابی)**

مشورہ: یوں لگتا ہے آپ نے اسے دل سے معاف نہیں کیا تب ہی تو غلط خیالات آرہے ہیں۔ گانا گانے کی پرواہ نہ کریں۔ آئندہ جہاں جائیں ساتھ جائیں۔ طلاق دینے کے بارے میں سوچنا اچھا نہیں کیونکہ اکثر طلاق دینے اور لینے والے بعد میں بھی ناخوش ہوتے ہیں۔ ساتھ رہنے کی کوشش کرنا بہتر ہے۔ کیونکہ اکثر اوقات طلاق کی وجہ سے خاندان کے خاندان ٹوٹ جاتے ہیں۔

دانتوں کے ٹھنڈے گرم کیلئے

سرخ پھٹکڑی، نیم کے پتے، نیم کا سک سب 1-1 پاؤ، لونگ آدھا پاؤ، میٹھا سوڈا 125 گرام، سب کو باریک پیس کر صبح ناشتہ سے قبل اور رات کھانے کے بعد تین روز متواتر دانتوں پر لگا کر تین منٹ منہ بند کرکے گندہ پانی پھینک دیں۔ انشاء اللہ دانت میں خون آنا، ٹھنڈا گرم لگنا بند ہوجائیگا۔ **(رحمت علی، کراچی)**

محمد سعید علوی، چکوال

سلامتی ایمان، حفاظت جان کیلئے ضرور پڑھیں

حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ ایک مرتبہ نبی کریمؐ کو بچھو نے کاٹ لیا تو آپؐ نے پانی اور نمک منگوایا اور یہ پانی کانٹے کی جگہ لگاتے جاتے تھے اور قل یا ایہا الکفرون، قل اعوذ برب الفلق اور قل اعوذ برب الناس پڑھتے جاتے تھے

ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسولؐ نے فرمایا: فجر کی سنتوں میں پڑھنے کیلئے دو سورتیں بہتر ہیں۔ سورۃ الکافرون اور سورۃ الاخلاص۔ (ابن ہشام) ''تفسیر ابن کثیر'' میں متعدد صحابہؓ سے منقول ہے کہ انہوں نے رسولؐ کو صبح کی سنتوں اور مغرب کی سنتوں میں بکثرت یہ دو سورتیں پڑھتے ہوئے سنا ہے۔ بعض صحابہؓ نے رسولؐ سے عرض کیا کہ ہمیں کوئی دعا بتا دیجئے جو ہم سونے سے پہلے پڑھا کریں، آپؐ نے ''قُلْ یٰاَیُّھَا الْکٰفِرُوْن'' پڑھنے کی تلقین فرمائی اور فرمایا کہ یہ شرک سے برأت ہے۔ (ترمذی) حضرت جبیر بن مطعمؓ فرماتے ہیں کہ رسولؐ نے ان سے فرمایا کہ کیا تم یہ چاہتے ہو کہ جب سفر میں جاؤ تو وہاں تم اپنے سب رفقا سے زیادہ خوشحال، بامراد رہو اور تمہارا سامان زیادہ ہو جائے۔ انہوں نے عرض کیا کہ یا رسولؐ بیشک میں ایسا بننا چاہتا ہوں۔ آپؐ نے فرمایا کہ قرآن کی آخری پانچ سورتیں سورۃ الکافرون، سورۃ النصر، سورۃ الاخلاص، سورۃ الفلق اور سورۃ الناس پڑھا کرو اور ہر سورۃ کو بسم اللہ سے شروع کرو اور بسم اللہ ہی پر ختم کرو۔ حضرت جبیرؓ فرماتے ہیں کہ اس وقت میرا حال یہ تھا کہ سفر میں اپنے دوسرے ساتھیوں کے بالمقابل میں مالی طور پر کمزور اور خستہ حال ہوتا تھا، جب سے رسولؐ کی اس تعلیم پر عمل کیا میں سب سے بہتر حال میں رہنے لگا۔ (تفسیر مظہری) حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ ایک مرتبہ نبی کریمؐ کو بچھو نے کاٹ لیا تو آپؐ نے پانی اور نمک منگوایا اور یہ پانی کانٹے کی جگہ لگاتے جاتے تھے اور قُلْ یٰاَیُّھَا الْکٰفِرُوْن، قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقْ اور قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسْ پڑھتے جاتے تھے۔ (مظہری) امام احمد نے حضرت انسؓ کی روایت ذکر کی ہے کہ ایک شخص رسولؐ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا کہ مجھے اس سورۃ (یعنی سورۂ اخلاص) سے بڑی محبت ہے۔ آپؐ نے فرمایا کہ اس کی محبت نے تمہیں جنت میں داخل کر دیا۔ (ابن کثیر) ترمذی نے حضرت ابو ہریرہؓ کی روایت ذکر کی ہے کہ ایک مرتبہ رسولؐ نے لوگوں سے فرمایا کہ سب جمع ہو جاؤ، میں تمہیں ایک تہائی قرآن سناؤں گا جو جمع ہو سکتے تھے جمع ہو گئے، تو آپؐ تشریف لائے اور سورۂ اخلاص کی قرأت فرمائی اور ارشاد فرمایا کہ یہ سورۃ ایک تہائی قرآن کے برابر ہے (صحیح مسلم) ابو داؤد، ترمذی اور نسائی نے ایک طویل حدیث میں روایت کیا ہے کہ رسولؐ نے فرمایا کہ جو شخص صبح اور شام سورۂ اخلاص اور معوذتین پڑھ لیا کرے تو یہ اس کے لئے کافی ہے اور ایک روایت میں ہے کہ یہ اس کو ہر بلا سے بچانے کیلئے کافی ہے (ابن کثیر) امام احمد نے حضرت عقبہ ابن عامرؓ سے روایت کیا ہے کہ رسولؐ نے فرمایا کہ میں تمہیں ایسی تین سورتیں بتاتا ہوں کہ جو تورات، انجیل، زبور اور قرآن سب میں نازل ہوئیں ہیں اور فرمایا کہ رات کو اس وقت تک نہ سو، جب تک ان تینوں (معوذتین اور سورۂ اخلاص) کو نہ پڑھ لو۔ حضرت عقبہؓ کہتے ہیں کہ اس وقت سے میں نے کبھی ان کو نہیں چھوڑا۔ (ابن کثیر)

حضرت عبداللہ بن عمرؓ سے روایت ہے نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص چاہتا ہے کہ سلامتی ایمان سے مرے اور قیامت کے روز ایمان کے ساتھ اس کا حشر ہو وہ نماز مغرب کے بعد دو رکعت نماز نفل سلامتی ایمان کی نیت سے اس طرح پڑھے پہلی رکعت میں بعد الحمد شریف کے 6 بار قل شریف اور آخر کے دونوں قل ایک ایک بار پڑھے۔ اسی طرح دوسری رکعت میں بعد سلام کے 25 بار سُبْحَانَ اللّٰہ کہے پھر سلامتی ایمان کی دعا مانگے اس پر عمل رکھے انشاء اللہ سلامتی ایمان کیساتھ اپنے رب سے ملے گا۔

امتحان میں یقینی کامیابی کیلئے

اگر کوئی طالب علم یا کوئی بھی امتحان میں حسب منشاء کامیابی کا خواہاں ہو تو اسے چاہیے کہ وہ جب امتحان گاہ میں جائے تو باوضو حالت میں جائے اور اپنی جگہ پر بیٹھ کر پہلے تین مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھے اور اپنے اوپر دم کر کے اپنے دل میں امتحان میں کامیابی کی دعا مانگ کر پرچہ لکھنا شروع کر دے۔ امتحان کے دوران ہر روز اسی طرح کرے انشاء اللہ تعالیٰ تمام امتحانی سوالات کے جواب اس کیلئے آسان ہو جائیں۔ آیۃ الکرسی کی برکت سے اللہ تعالیٰ ضرور امتحان میں کامیابی سے سرفراز فرمائے گا۔

(رابعہ نورین، سعدیہ شاہین، دائرہ دین پناہ)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات کو مغرب سے عشاء حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں اندرون اور بیرون ملک سے لوگ شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنٰی اور اسم اعظم لاتعداد پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل اور گھریلو الجھنوں سے نجات کیلئے دعا کی جاتی ہے۔ دعا میں شامل ہونے کیلئے کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں بعض لوگ ہر ہفتے اپنا نام دعا کیلئے لکھواتے ہیں اس لیے ان کا نام بار بار بھی آسکتا ہے جن حضرات کیلئے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

فضل سبحان، عدنان عاشق، جہلم۔ محمد سمیع، فیصل آباد۔ جمیل خان، راولپنڈی۔ شمسہ کونل، آزاد کشمیر۔ کے ایم نذیر، کراچی۔ غلام مرتضٰی بہاولنگر۔ صدیق احمد، بہاولنگر۔ حکیم محمد رمضان، بھکر۔ نصیر قریشی، وہاڑی۔ محمد اظہر، بہاولپور۔ شرجیل صفدر، ایبٹ آباد۔ محمد اسلم، سرگودھا۔ غلام رسول، گجرات۔ شوکت علی جان، ڈی آئی خان۔ اشتیاق حسین شاہ، چکوال۔ محمد اسماعیل، خوشاب۔ حفصہ ناصر، اسلام آباد۔ مقبول احمد، بہاولپور۔ مسز رفعت کوثر، گوجرانوالہ۔ نزاکت ہمایوں، چکوال۔ طارق شمیم، وہاڑی۔ تحسین علی میمن، حیدرآباد۔ شہزاد الحسن، رحیم یار خان۔ ناصر حسین، کراچی۔ طوبٰی نصیر، راولپنڈی۔ مسز محمود، کراچی۔ افسر خان، پشاور۔ ثروت رحیم، ٹانک۔ سیف اللہ، کرک۔ رفیق بھٹی، جھنگ۔ محمد امین، کھاریاں۔ محمد اشرف، بہاولنگر۔ شاہ زمان خان اور محمد انور، جھنگ۔ محمد اسلم علی، منڈی بہاؤالدین۔ محمد خان، گلگت۔ سلطان محمد، کوئٹہ۔ عروج الحسن، ڈی آئی خان۔ روح الامین حقانی، نوشہرہ۔ محمد ارشد، بدین۔ محمد علی، فیصل آباد۔ عرفان رشید، بہاولنگر۔ سجاد علی خان، نوشہرہ۔ ارشاد احمد، کوئٹہ۔ تسنیم کوثر، بہاولنگر۔ صلاح الدین، گھوٹکی۔ عبداللہ، گوادر۔ عزیز احمد، راولپنڈی۔ اعجاز حسین، ایبٹ آباد۔ سیف الرحمان، اٹک۔ محمد مقصود، سیالکوٹ۔ محمد عرفان، فیصل آباد۔ یاسر احمد، حسن ابدال۔ سعدیہ فیصل، جہلم۔ وقار علی شاہ، پشاور۔ وحید احمد، جہلم۔ محمد صدیق، جھنگ۔ محمد سلیم، پشاور۔ خالد، اسلام آباد۔ مسز فیاض کاظمی، گوجرانوالہ۔ ہدی رشید بتول، لیاقت علی، سیالکوٹ۔ محمد شعیب انوار، سرگودھا۔ کاشف سحری، گجرات۔ افضل بٹ، سیالکوٹ۔ عقیل مصباح جبار، فیصل آباد۔ مراد علی، ٹنڈو محمد خان۔ عبدالرؤف بٹ، عتیق الحق، اوکاڑہ۔ محمد صادق، حیدرآباد۔ محمد یونس، کراچی۔ آصف اقبال، ہری پور ہزارہ۔ حمیرا سعید، وہاڑی۔ محمد حسین رضوی، فتح جنگ۔ نصیر احمد، فریدہ ملک، ایمن آباد۔ اختر خان، لاہور۔ فضل کریم، گجرات۔ فرزانہ بی بی، مردان۔ حسن گل، چارسدہ۔ محمد حسین طارق، بہاولپور۔ فتح محمد خان، درگئی۔ مسز کرم حسین، ایبٹ آباد۔

دہی فوراً جمانے کی ترکیب: اگر دہی فوری طور پر جمانی مقصود ہو تو دودھ میں ذرا سی سائیٹرک ایسڈ ڈال دیجئے۔ دہی بہت جلد جم جائے گی۔

ایک بکری کا انوکھا بدلہ

عدین شمسی، لاہور

اس نے کہا میں تو نہیں پہچانتی انہوں نے فرمایا کہ میں تیرا وہی مہمان ہوں، دودھ اور بکری والا۔ بڑھیا نے پھر بھی نہ پہچانا اور کہا کہ کیا اللہ کی قسم تم وہی ہو؟ آپؓ نے فرمایا کہ میں وہی ہوں۔ اس کے بعد آپؓ نے اپنے غلام کو حکم دیا کہ اس کیلئے ایک ہزار بکریاں خریدی جائیں۔

ابوالحسن مدائنی کہتے ہیں کہ ایک مرتبہ حضرت حسنؓ، حضرت حسینؓ اور حضرت عبداللہ بن جعفرؓ حج کیلئے تشریف لے جارہے تھے راستے میں سامان کے اونٹ جدا ہوگئے اور یہ بھوکے پیاسے چلنے لگے۔ ایک خیمہ پر گزر ہوا اس میں ایک بوڑھی عورت بیٹھی تھی۔ انہوں نے بڑھیا سے پوچھا کہ ہمارے کھانے پینے کو کوئی چیز تمہارے پاس ہے؟ اس نے کہا ہاں ہے، یہ لوگ اپنی سواریوں سے اترے۔ اس بڑھیا کے پاس معمولی سی بکری تھی اس کی طرف اشارہ کرکے کہنے لگی کہ اس کا دودھ نکال لو اور تھوڑا تھوڑا پی لو۔ انہوں نے اس کا دودھ نکالا اور پی لیا۔ پھر ان حضرات نے پوچھا کہ کچھ کھانے کو ہے؟ اس بڑھیا نے کہا یہی بکری ہے تم میں سے کوئی ذبح کردے تو میں پکادوں۔ انہوں نے اس بکری کو ذبح کیا اور بڑھیا نے پکایا۔ یہ حضرات کھا پی کر جب شام کو چلنے لگے تو انہوں نے بڑھیا سے کہا کہ ہم ہاشمی لوگ ہیں۔ ابھی حج کے ارادے سے جارہے ہیں اگر ہم زندہ سلامت واپس مدینہ پہنچ گئے تو تو ہمارے پاس آنا تیرے اس احسان کا بدلہ دینگے۔ یہ حضرات تو فرما کر چلے گئے۔ شام کو جب اس کا خاوند (جنگل وغیرہ) سے واپس آیا تو بڑھیا نے ان ہاشمی لوگوں کا واقعہ سنایا اس کا خاوند بہت خفا ہوا کہ تو نے اجنبی لوگوں کے واسطے بکری کر ڈالی۔ معلوم نہیں کون تھے کون نہیں تھے پھر کہتی ہے کہ ہاشمی تھے' غرض خاوند خفا ہو کر چپ ہوگیا۔

کچھ زمانہ کے بعد ان میاں بیوی کو غربت نے جب تنگ کیا تو دونوں میاں بیوی محنت مزدوری کی نیت سے مدینہ منورہ گئے۔ دن بھر مینگنیاں چگا کرتے اور ان کو بیچ کر گزارہ کرتے۔ ایک دن وہ بڑھیا مینگنیاں چگ رہی تھی۔ حضرت حسنؓ اپنے دروازے کے آگے تشریف رکھتے تھے جب یہ وہاں سے گزری تو اس کو دیکھ کر حضرت حسنؓ نے پہچان لیا اور اپنے غلام کو بھیج کر اس کو اپنے پاس بلوایا اور فرمایا کہ ''اری اللہ کی بندی تو مجھے پہچانتی ہے؟ اس نے کہا میں تو نہیں پہچانتی انہوں نے فرمایا کہ میں تیرا وہی مہمان ہوں، دودھ اور بکری والا۔ بڑھیا نے پھر بھی نہ پہچانا۔ اور کہا کہ کیا اللہ کی قسم تم وہی ہو؟ آپؓ نے فرمایا کہ میں وہی ہوں۔ اس کے بعد آپؓ نے اپنے غلام کو حکم دیا کہ اس کیلئے ایک ہزار بکریاں خریدی جائیں۔ چنانچہ فوراً خریدی گئیں اس کے علاوہ ایک ہزار دینار نقد بھی عطا فرمائے اور اپنے غلام کے ساتھ اس بڑھیا کو اپنے بھائی حضرت حسینؓ کے پاس بھیج دیا۔ حضرت حسینؓ نے دریافت فرمایا کہ بھائی نے کیا دیا؟ اس نے کہا ایک ہزار بکریاں اور ایک ہزار دینار یہ سن کر اتنی ہی مقدار حضرت حسینؓ نے بڑھیا کو مرحمت فرمائی۔ اس کے بعد حضرت حسینؓ نے بڑھیا کو عبداللہ بن جعفرؓ کے پاس بھیج دیا۔ انہوں نے تحقیق کی کہ ان دونوں حضرات نے کیا مرحمت فرمایا؟ معلوم ہونے پر انہوں نے 2 ہزار بکریاں اور 2 ہزار دینار اس کو عطا فرمائے اور فرمایا اگر تو تھوڑی دیر پہلے آتی تو اس سے بہت زیادہ دیتا۔

یہ بڑھیا 4 ہزار بکریاں اور 4 ہزار دینار لے کر خاوند کے پاس پہنچی کہ یہ اس ضعیف اور کمزور بکری کا بدلہ ہے۔

کسان کی ہوشیاری

گاؤں میں رحمت کا ایک چھوٹا سا' پیارا سا گھر تھا۔ وہ کسان تھا۔ اس کا ایک باغ تھا۔ باغ کے آخری کونے میں ایک بہت گہرا کنواں تھا۔ بے چارہ کسان پانی کھینچتا اور پھر اس سے باغ کے پودوں کو سیراب کرتا تھا۔

ایک سال بالکل بارش نہیں ہوئی۔ سورج بہت گرم تھا۔ کسان نے اپنے باغ کی طرف دیکھا اور کہا: ''اگر پانی نہ ملا تو میرے پودے مرجائیں گے۔

مجھے ان کو پانی ضرور دینا چاہیے' لیکن پانی تو اب بہت گہرائی میں اتر گیا ہے۔ میں بہت بوڑھا ہوگیا ہوں اور موٹا بھی۔ بہت محنت کا کام ہے' مجھے کیا کرنا چاہیے۔''

یہ سوچتا ہوا وہ سڑک کے کنارے بنی ہوئی چار دیواری تک آ گیا۔ وہ تھک کر ایک درخت کے نیچے بیٹھا ہی تھا کہ اس کے کان میں کھسر پھسر کی آواز آئی۔ کوئی اس کا نام لے رہا تھا۔

کسان کے کان کھڑے ہوگئے اور وہ غور سے ان کی باتیں سننے لگا۔ وہ دونوں باغ کی دیوار سے ٹیک لگائے بیٹھے تھے۔ انہوں نے کسان کو نہیں دیکھا تھا۔

ایک آدمی نے کہا: ''رحمت اور اس کی بیوی ٹھیک نو بجے سونے کیلئے چلے جاتے ہیں۔ ہمیں کم از کم دو گھنٹے اور انتظار کرنا چاہیے پھر گیارہ بجے ہم دیوار میں ایک بڑا سا سوراخ بنالینگے۔ اس سوراخ سے گزر کر میرا چھوٹا بیٹا اندر جائیگا اور دروازہ کھول دیگا۔''

اس کے ساتھی نے پوچھا: ''کیا رحمت کے پاس بہت ساری دولت ہے؟'' دوسرے آدمی نے جواب دیا اس کے پاس بہت سارا سونا اور ہیرے جواہرات ہیں۔ پہلے نے خوش ہو کر کہا یہ تو بہت اچھی بات ہے۔

رحمت گھر چلا گیا۔ اس نے اپنی بیوی سے کہا: ''آج رات ہم ٹھیک نو بجے کھانا کھائیں گے۔'' اس نے اپنا سارا روپیہ' سونا اور ہیرے جواہرات اکٹھے کیے اور انہیں اپنے پلنگ کے نیچے چھپا دیا۔ پھر وہ کچھ پتھر گھر میں لایا اور بیٹھ کر انتظار کرنے لگا۔ رحمت نے چوروں کی آہٹ سن لی تو وہ زور زور سے اپنی بیوی سے باتیں کرنے لگا ''میں نے سنا ہے آج کل بہت چوریاں ہورہی ہیں۔ اس علاقے میں بھی کچھ چور آ گئے ہیں۔ اس نے میرے دوست علی کا سارا سونا اور جواہرات چرالیے ہیں۔'' ہمیں اپنا سونا اور ہیرے جواہرات کسی ایسی جگہ چھپا دینے چاہئیں جہاں سے کوئی انہیں نکال نہ سکے۔ ذرا میرا صندوق تو لانا'' اس نے اتنی صفائی سے صندوق میں پتھر رکھے کہ چور دیکھ ہی نہیں سکے۔ اس نے اپنی بیوی کی مدد سے صندوق کو اٹھایا اور گھر سے باہر کنویں میں پھینک دیا۔ پھر وہ گھر کے اندر چلے گئے اور انتظار کرنے لگے۔

پہلا چور بولا: انہوں نے اپنا سونا اور ہیرے کنویں میں چھپا دیئے ہیں۔ وہ بہت جلد سوجائیں گے۔ رحمت نے چپکے سے کھڑکی سے باہر جھانکا تو دیکھا کہ چور کنویں کے پاس کھڑے تھے۔ پہلا چور بولا: ہمیں کنویں کا پانی نکالنا چاہیے ویسے بھی قحط کا موسم ہے زیادہ پانی نہیں ہوگا' جب پانی کم ہوگا میں کنویں کے اندر اترونگا اور صندوق نکال لونگا۔ انہوں نے کنویں سے پانی نکالنا شروع کردیا۔ ایک چور پانی کھینچتا اور دوسرا اسے باغ میں جانے والی نالی میں ڈال دیتا۔ وہ پوری رات پانی نکالتے رہے یہاں تک کہ صبح ہوگئی۔ مگر وہ ابھی تک مصروف تھے۔

کسان نے کھڑکی کھولی اور چلایا: بہت بہت شکریہ! میرے دوستو! تم نے میرے باغ کو سیراب کردیا۔ صندوق پتھروں سے بھرا ہوا ہے۔ پولیس کے سپاہی آرہے ہیں' اللہ حافظ میرے دوستو! تمہارا ایک بار پھر شکریہ۔

وہ گدھے کدھر گئے؟

نعیم احمد، ایبٹ آباد

حیران تھا کہ قدموں کو کیا ہوگیا ہے کیوں نہیں اٹھ رہے اور ڈر کیوں محسوس ہورہا ہے کیونکہ سامنے کچھ نہ تھا جس جگہ سے قدم اٹھاتا پھر وہی رکھ دیتا۔ ایسا معلوم ہوتا کہ زمین نے میرے قدموں کا زور ختم کردیا ہے اور ہلنے کی اجازت نہیں دیتی۔

ہمارا گاؤں دیہات میں ہے۔ میں سات میل دور سکول پڑھنے جایا کرتا تھا۔ اس زمانہ میں سڑکیں نہ تھیں۔ ان دنوں موسم سرما کی چالیس چھٹیاں دی جاتی تھیں۔ دو فروری کو ہر سال حاضری ہوتی تھی۔ فروری کا مہینہ تھا' معمولی بارش تھی۔ میں صبح سویرے سکول چلا گیا۔ چھٹی ہوئی' واپسی پر میرے ساتھ اور بھی لڑکے سنگ ہوگئے جن کے گھر میرے گھر سے آدھا کلومیٹر کے فاصلہ پر تھے۔ بارش کبھی تھم جاتی کبھی شروع ہوجاتی۔ کپڑے بھیگ گئے۔ ہم برف کے گولے بناتے ایک دوسرے کو مارتے اور دوڑتے ہوئے راستہ طے کرتے رہے۔

گھر کا فاصلہ تقریباً نصف میل رہ گیا وہ لڑکے مجھ سے جدا ہوکر اپنے اپنے گھروں کو روانہ ہوئے۔ میں اکیلا رہ گیا۔ عمر میں میں سب سے چھوٹا تھا۔ انہوں نے ہمدردی کی بنا پر مجھ سے کہا بھی تھا کہ اگر ڈر لگتا ہوتو ہم تمہیں گھر چھوڑ آئیں میں جسمانی طور پر دبلا پتلا تھا مگر اللہ نے ہمت دی ہوئی تھی ڈر کو نزدیک نہیں آنے دیتا تھا۔ میں نے انہیں جواب دیا کہ شکریہ' کیا ڈر ہے' یہ تھوڑی سی جگہ کراس کروں گا۔ نیچے سامنے گھر ہے۔ آپ خوشی سے مطمئن ہوکر اپنے گھروں کو جائیں جہاں سے میرے ساتھی مجھ سے جدا ہوئے اس جگہ کوئی دو سو گز کے قریب ایک جب تھا جس کو ہم جبڑا کہتے تھے۔ بارش کا پانی اس میں جمع ہوتا اور مال مویشی وہاں سے دن کو اپنی پیاس بجھاتے۔ سخت اندھیرا تھا' تقریباً 7 بجے کا وقت ہوا ہوگا۔ برف زوروں پر تھی۔

زمین پر چاروں طرف برف کی چمک تھی۔ اندازے کے مطابق راستہ پر قدم رکھتا اور اکیلے ہونے کی وجہ سے لگاتار آیت الکرسی کی تلاوت کرتا چلا گیا۔ جونہی میں جبڑے پر پہنچا اچانک میرے دل میں کچھ خوف ڈر سا محسوس ہونے لگا۔ ایک دم میرے قدم رک گئے۔ پریشان ہوکر ادھر ادھر نگاہ اٹھائی۔ جبڑا ویران جگہ پر تھا۔ دور دور مکانات تھے۔ کسی انسان کی آواز نہ سنائی دی اور تو اور کتے بھی خاموش تھے۔ بلند آواز سے آیت الکرسی پڑھتا رہا۔ حیران تھا کہ قدموں کو کیا ہوگیا ہے کیوں نہیں اٹھ رہے اور ڈر کیوں محسوس ہورہا ہے کیونکہ سامنے کچھ نہ تھا جس جگہ سے قدم اٹھاتا پھر وہی رکھ دیتا۔ ایسا معلوم ہوتا کہ زمین نے میرے قدموں کا زور ختم کردیا ہے اور ہلنے کی اجازت نہیں دیتی۔ تقریباً پانچ سات منٹ کھڑا رہا۔ ڈر لگ رہا تھا کہ کدھر جاؤں' کیا کروں افسوس بھی کررہا تھا کہ ساتھیوں کو ساتھ نہ لاسکا۔ اللہ کا کرنا اچانک کچھ فاصلہ سے ٹلیاں (گھنٹیاں) بجنے کی آوازیں سنائی دیں۔ ان دنوں لوگ ٹلیاں گدھوں اور بیلوں کو ڈالا کرتے تھے۔ اس زمانے میں لوگ گدھوں پر شلغم مولیاں وغیرہ لاد کر لایا کرتے تھے۔ ٹلیوں کی آوازیں سن کر لوگ گھروں سے سردی اور برف باری میں باہر نکلتے اور خریدتے تھے۔ فوراً مجھے خیال آیا کہ سبزی والے آگئے ہیں میں خوش ہوا۔ جان میں جان آئی قدم اٹھائے اور دوڑتا گیا۔ کافی دور تک برف میں پھنستا پھنساتا چلتا گیا۔ کہیں بھی گدھوں یا خچروں کا نشان تک نہ تھا۔ دوسرا کوئی راستہ نہ تھا۔ حیران تھا کہ گدھے یا خچر کہاں گئے؟ گھر کے تھوڑے فاصلہ پر ایک پتھر سے ٹھوکر لگی اور منہ کے بل گر پڑا' برف آدھ گز سے زیادہ تھی۔ چوٹ نہ آئی مگر اٹھنے کی سکت نہ تھی۔ ہاتھ پاؤں سردی کی وجہ سے شک (سن) ہوگئے تھے۔ وہیں پڑا رہا۔ دل میں فریادیں کرنے لگا کہ اب کس طرح گھر جاؤں گا جو کہ اب صرف چند گز کے فاصلہ پر تھا۔ پانچ دس منٹ راستے میں پڑا رہا۔ نیچے بھی برف اوپر سے رحمت برس رہی تھی اتنے میں ہمارے پڑوسی امام مسجد صاحب کے کھانستے کی آواز آئی۔ وہ تھوڑے ضعیف تھے۔ ان کے ایک ہاتھ میں لکڑی کی کھونڈی تھی اور دوسرے میں ٹارچ تھی۔ مجھے جینے کا حوصلہ ملا۔ جونہی ان کی نظر مجھ پر پڑی فوراً مجھے اٹھایا۔ کہنے لگے کہ تم اس وقت اس موسم میں اکیلے کیوں آئے ہو؟ اگر میں نہ آتا تو تم اس برف میں تڑپ تڑپ کر مرجاتے۔ انہوں نے میرے گیلے کپڑوں اور سر وغیرہ سے برف جھاڑی اور کندھے پر اٹھایا اور گھر پہنچا دیا۔ میری دادی اماں مجھ سے بہت پیار کرتی تھیں' انہوں نے پریشانی میں کھانا نہیں کھایا تھا وہ مجھے دیکھ کر بہت خوش ہوئیں اور مولوی صاحب کا شکریہ ادا کیا۔ میں نے گھر والوں کو سارا قصہ سنایا انہوں نے کہا آئندہ اس موسم میں گھر سے باہر نہ جانا۔ میں نے ان سے پوچھا وہ گدھے یا خچر جن کی گھنٹیوں کی آواز میں نے سنی تھی وہ کدھر گئے ہوں گے؟ راستہ میں نہیں تھے اور اس کے علاوہ کوئی راستہ بھی نہیں ہے' گھر والوں نے کہا اللہ تعالیٰ نے تمہیں آیت الکرسی کی وجہ سے بچالیا ہے۔ تم گر پڑے تو ماچس بہانہ بنی۔ باقی گدھوں کا علم مالک الملک کو ہی ہے۔

عرش کے سایہ تلے

ماریہ بتول، رحیم یار خان

آپ ﷺ نے فرمایا کہ سات قسم کے آدمی ہیں جنہیں اللہ تعالیٰ اپنی رحمت کے سایہ میں جگہ عطا فرمائیں گے

حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسولﷺ نے فرمایا: ''سات قسم کے آدمی ہیں جنہیں اللہ تعالیٰ اپنی رحمت کے سایہ میں جگہ عطا فرمائیں گے۔ قیامت کے اس دن میں جس دن کہ اس کے سایہ رحمت کے سوا کوئی سایہ نہیں ہوگا۔

1. ایک عدل وانصاف سے حکمرانی کرنے والا فرماں روا۔
2. دوسرا وہ جوان جس کی نشو ونما اللہ کی عبادت میں ہو (یعنی جس کی جوانی کی مستیوں نے اسے غافل نہ کیا)۔
3. تیسرا وہ مرد مومن جس کا یہ حال ہے کہ اس کا دل ہر وقت مسجد میں اٹکا رہتا ہے۔
4. چوتھا وہ دو آدمی جنہوں نے اللہ کے لئے باہم محبت کی اسی پر جڑے رہے اور اسی پر الگ ہوئے۔
5. پانچواں اللہ کا وہ بندہ جس نے اللہ تنہائی میں یاد کیا تو اس کے آنسو بہہ پڑے۔
6. چھٹا وہ مرد مومن جسے حرام کی دعوت دی کسی ایسی عورت نے جو حسب ونسب اور حسن وجمال کی مالکہ ہے تو اس بندے نے کہا کہ میں اللہ سے ڈرتا ہوں (یہ الفاظ کہنے کے بعد اس نے حرام کی طرف سے اپنے قدم موڑ لئے ہوں)۔
7. ساتواں وہ شخص جس نے اللہ کی راہ میں کچھ صدقہ کیا اور اس قدر چھپا کر کیا کہ گویا اس کے بائیں ہاتھ کو خبر نہیں۔

دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ ہمیں بھی یہ صفات عطا فرمائیں اور یوم آخرت عرش عظیم کے سایہ تلے جگہ عطا فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حضرت عمر فاروقؓ جیسا عادل حکمران نصیب فرمائیں۔

علوم سیکھنے والوں کیلئے اہم اعلان

بندہ نے حسب سابق بخل شکنی کی روایت کو برقرار رکھتے ہوئے عملیات اور طب یہ وہ علوم ہیں جو بندہ کو سالہا سال کی کہنہ مشق' چلہ کشی' اور بڑوں کی جوتیوں سے ملے ہیں۔ وہ آپ تک پہنچانے کا عزم رکھتا ہے جب سے کلاسوں کا اعلان ہوا ہے اس وقت سے اب تک لاتعداد شائقین مرد و عورتیں بار بار کلاسوں کے آغاز کا تقاضا کررہے ہیں۔ اتنی بڑی تعداد کا انتظام میرے بس کی بات نہیں۔ علوم کی امانت شائقین تک منتقل کرنا بھی چاہتا ہوں۔ قارئین مشورہ دیں کہ کیا کروں؟ **(بندہ حکیم طارق محمود)**

سب سے بڑا گناہ: کفر کے بعد سب سے بڑا گناہ کسی کی دل آزاری ہے' خواہ مومن ہو یا کافر

ادھر آہ نکلی ادھر انگلی کٹی

عزیز الرحمان عزیز، پشاور

اس کے دل سے بد دعا نکلی کہ اللہ کرے تیری انگلی کٹ جائے باباجی نے افسردہ لہجے میں کہا کہ یہ تو بدکار عورت ہے مگر (دل سے جو آہ نکلتی ہے اثر رکھتی ہے پر نہیں طاقت پرواز مگر رکھتی ہے) ہنستا ہوا گھر کی طرف واپس آ رہا تھا

قدرت کا ہمیشہ قانون چلا آ رہا ہے انسان جو کرتا ہے اسے اس کا صلہ ضرور ملتا ہے۔ کانٹے بونے والا کبھی پھول نہیں چن سکتا۔ انسان اپنے کیے کا صلہ ضرور پاتا ہے جتنا ہو سکے مظلوم کی آہوں سے بچیں کسی کو حقیر سمجھ کر کہ یہ ہمارا کچھ نہیں کر سکے گا اتنا ظلم نہ کریں، قدرت کی لاٹھی بے آواز ہے آج آپ کے سامنے بابا حفیظ قصاب کی کہانی جو کہ انتہائی سبق آموز ہے۔ بابا حفیظ جو کہ چاچا یوسف کے لنگوٹیے تھے ایک ہی گلی محلے میں پیدائش اور بچپن، لڑکپن جوانی اور بڑھاپا اور پھر چاچا یوسف ساتھ چھوڑ کر اس دنیا سے رخصت ہو گئے اور بابا حفیظ اکیلا رہ گیا اور ہمیشہ ان کو یاد کر کے روتا رہتا تھا۔ ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ بابا حفیظ کسی محفل میں تھا اور گپ شپ جاری تھی کہ اس محفل میں ایک سرجن ڈاکٹر بھی تھے کہ ناگاہ سرجری کے بارے میں بات شروع ہو گئی کہ دل کہاں، گردے کہاں، معدہ کہاں اور پھیپھڑے کہاں ہوتے ہیں کہ ایک دم بابا حفیظ جو کہ خاموش تھے کہ سب پرجوش انداز میں تقریباً چیختے ہوئے کہنے لگے کہ ''مجھ سے پوچھیں میں بکروں کا سرجن (ڈاکٹر) ہوں مجھ سے پوچھو۔'' چوں کہ بابا حفیظ میرے لنگوٹیے دوست حفیظ الرحمٰن کے والد تھے اور میں نے پہلی دفعہ ان کے دائیں ہاتھ کی طرف توجہ سے دیکھا تو ان کی انگلی کی صرف ایک پور باقی تھی دو پوریں نہیں تھیں۔ بڑی حیرانگی ہوئی کہ آج تک میں نے ان کے ہاتھ پر کبھی غور کیوں نہیں کیا۔ شاید انہوں نے دونوں ہاتھ اوپر اٹھا کر اور دونوں ہتھیلیاں اپنے چہرے کی طرف کیے کہہ رہے تھے کہ ''مجھ سے پوچھیے میں ہوں بکروں کا ڈاکٹر''، تو میری نظر ان کے ہاتھ پر پڑی اور میں سوچنے لگا کہ شاید یہ باباجی قصاب ہیں شاید ان کی پوریں ٹوکے یا چھرے سے کٹ گئی ہوں گی مگر بعد میں مجھے معلوم ہوا کہ یہ بات نہ تھی بلکہ حقیقت کچھ اور تھی۔ یہ حقیقت تو میں بعد میں بتاؤں گا پہلے بابا حفیظ صاحب کا حدود اربعہ بتاتا چلوں کہ حفیظ مرحوم کا حافظہ بڑا تیز تھا اور بات یاد رکھنا ان کے نہاں خانہ دماغ میں محفوظ ہو جاتا تھا حالانکہ موصوف بالکل کوڑے ان پڑھ تھے دنیا جہاں کے شعر فارسی اور پشتو انہیں پوری پوری غزلیں ازبر تھیں اور حیرانگی کی بات یہ کہ شاعر کا نام بھی یاد تھا۔ تحریک پاکستان میں پیش پیش رہے تھے انہیں اللہ تبارک تعالیٰ نے سات بیٹے دیئے تھے اور لڑکی کوئی نہیں تھی۔ مسجد کے متولی بھی تھے جب اذان کہتے تو لوگ خاموش ہو جاتے اور اذان پوری توجہ سے سنتے تھے۔ انہوں نے ریفرنڈم میں بھی بھرپور حصہ لیا ان کے ایک بیٹے کا نام (نوید پاکستان) پاکستان کے شیدائی تھے۔ اللہ ان کی مغفرت فرمائے۔ (آمین)

اب آتے ہیں ان کی انگلی کی طرف اور یہ کہانی ان ہی کی زبانی سنیں تو شاید کسی صاحب کے دل میں اتر جائے میری بات۔ لڑکپن تھا شوخی انگ انگ میں بھری رہتی تھی شرارتیں میرا دلچسپ مشغلہ تھا۔ اس زمانے میں (راقم کی پیدائش سے پہلے کی بات ہے) پشاور کے ایک بازار جہاں آج کل چترالی بازار ہے یہاں چکلہ ہوتا تھا یہ باباجی (حفیظ) شام کے وقت صرف وقت گزاری اور تفریح کیلئے اس بازار کا ایک چکر لگایا کرتے تھے۔ ایک شام اسی طرح حسب سابق بازار کا راؤنڈ لگا رہے تھے کہ ایک پٹواری کی دکان سے ایک عورت جو کہ اس بازار سے متعلق تھی اور تقریباً آدھی عمر گنوا چکی تھی پیٹھ کیے پٹواری سے پان لے رہی تھی اس عورت کا ایک پاؤں نیچے اور ایک پاؤں تختے پر تھا اور بابا کی نظر اس پر پڑی اور ایک دم اس میں ایک کرنٹ سا دوڑ گیا اور شیطان اس کے اوپر حاوی ہو گیا ابھی اس عورت نے پٹواری لینے کیلئے ہاتھ بڑھایا ہی تھا کہ دیکھتے دیکھتے اس نے اس پان لینے والی عورت کو اس زور سے چٹکی کاٹی کہ اس کے ہاتھ سے پان گر گیا اور اس کے دل سے بد دعا نکلی کہ اللہ کرے تیری انگلی کٹ جائے باباجی نے افسردہ لہجے میں کہا کہ یہ تو بدکار عورت ہے مگر (دل سے جو آہ نکلتی ہے اثر رکھتی ہے پر نہیں طاقت پرواز مگر رکھتی ہے) ہنستا ہوا گھر کی طرف واپس آ رہا تھا۔ ایک دوسرے سے علیک سلیک کرتے ہوئے وہ اپنے گھر کے سامنے تھا۔ اس کو کیا معلوم تھا کہ اس مظلوم کی آہ آسمانوں کے ساتوں دروازوں کو چیرتے ہوئے قبول ہو چکی ہے اس نے جب کنجی (زنجیر جو کہ لٹکی رہتی ہے) کو کھٹکھٹایا تو کسی دشمن نے اس زنجیر کے ساتھ چٹکا لگایا ہوا تھا (چٹکا پہاڑی علاقوں میں ایک بڑے سائز کا سپائیڈر رہتا ہے اس سپائیڈر کو بچھو کے ڈبے میں ڈال دیتے ہیں اور وہ اس بچھو کو کھا جاتا ہے اور اس ٹین کے ڈبے پر شیشہ رکھ دیا جاتا ہے تا کہ اس کو بچھو کے انجام تک پہنچنے کا نظارہ ہو سکے اس طرح جب تک وہ بچھو کو کھاتا رہے وہ بچھو ڈالتے رہتے ہیں جب ایک ایسا وقت آ جاتا ہے کہ وہ اسپائیڈر گاڑھے محلول کی طرح ہو جاتا ہے اسی محلول کو چٹکا کہتے ہیں) اللہ ہمیں اپنی حفظ وامان میں رکھے۔ (آمین)

اور دروازہ کھلا اور بابا رمضان اندر داخل ہوئے انگلی پر خارش ہونا شروع ہو گئی انگلی کھجاتے کھجاتے انگلی سرخ ہو گئی اور سوج بھی گئی والد صاحب نے دیکھا تو فوراً ڈاکٹر کو دکھایا انہوں نے کوئی دوائی مرہم وغیرہ دی مگر کوئی فائدہ نہ ہوا بہرحال صبح تک انگلی میں زخم بھی ہو گیا میں تو بڑا پریشان ہوا اور اس بازار کی عورت سے جو بددعا مجھے ملی اس کا اثر ہوتا نظر آ رہا تھا۔ ہائے افسوس اب کیا کروں مگر اب پشیمانی کے سوا کوئی چارہ نہ تھا ڈاکٹر نے والد صاحب کو اکیلے میں جو کچھ کہا وہ مجھے اپنے کرتوتوں کی وجہ سے ٹھیک ٹھیک نظر آ رہا تھا۔

اور ڈاکٹر کے مشورہ پر فوراً عمل کیا گیا۔ ورنہ پورا ہاتھ کاٹنا پڑتا۔ اور صرف ایک انگلی جو کہ میں نے استعمال کی تھی صرف وہی الفاظ اب بھی مجھے یاد ہیں اور کیونکر نہ ہوں کہ میں نے اس مظلوم پر ظلم کر کے درحقیقت اپنے آپ پر ظلم کیا اللہ مجھے معاف فرمائے۔

دودھ ابلنے سے بچانے کیلئے: دودھ گرم کرتے ہوئے بعض اوقات ابل جاتا ہے لیکن اگر دیگچی کے کناروں پر تھوڑا سا مکھن لگا لیا جائے تو دودھ ابلے گا نہیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

مئی کے جوابات

جواب: آپ ایک چمچ دہی میں آدھا لیموں نچوڑ کر اس میں چٹکی نمک ڈال کر مکس کر کے رات کو چہرے پر لگائیں اور صبح کو چہرہ دھولیں۔21 دن یہ عمل کریں۔

(بیگم عبدالرشید'بالاکوٹ)

جواب: بھائی آپ نظر کی کمزوری کیلئے مغز بادام' سونف چھوٹی الائچی' بڑی الائچی' کالی مرچ ہر ایک وزن کا برابر ہے اس سب کے برابر مصری ملا کر کوٹ لیں۔

ایک بڑا چمچ صبح وشام 5 ماہ استعمال کریں۔

(عبدالعزیز' کراچی)

جواب: بیٹا آپ کے بال لمبے' گھنے بغیر خشکی کے دوبارہ ہوسکتے ہیں آپ درج ذیل نسخہ باقاعدہ استعمال کریں اور پھر دیکھیں: ھوالشافی نسخہ: میتھرے' کلونجی' تخم تارامیرا' خشخاش' پلاس پاپڑہ' آملہ' ریٹھا' ہریڑ زرد' 1,1 پاؤ یہ تمام چیزیں ہم وزن لے کر مشین پر باریک پسوالیں۔

رات سوتے وقت 1 کپ میں ایک بڑا چمچ اس سفوف کا ڈال کر رکھ دیں۔صبح اس کی پیسٹ بن جائے گی یہ بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح لگائیں اور کچھ دیر بعد سر دھولیں یہ روزانہ کریں۔آپ کے بال جیسے آپ چاہتی ہیں ویسے ہی ہوں گے اور سر میں زیتون اور سرسوں کا تیل لگایا کریں۔

جواب: محترم حاجی صاحب! آپ کی خدمت میں نہایت آسان اور سستا نسخہ دے رہا ہوں جس سے آپ کا دل کا والو بھی کھل جائے گا۔شریان کا سکڑاؤ بھی ختم ہوجائے گا۔کولیسٹرول' یورک ایسڈ بھی کنٹرول میں رہے گا اور آپ کی بچیوں کی شادی بھی ہوجائیگی۔

نسخہ: ھوالشافی: ادرک' لہسن' سیب کا سرکہ (اچھی کمپنی کا) لیموں' شہد یہ تمام چیزیں ہموزن لیں یعنی شہد اور سرکہ کے علاوہ تمام کا پانی نکال کر شہد اور سرکہ میں ملانا ہے یعنی آدھا گلاس شہد ہے تو باقی تمام چیزیں بھی آدھا' آدھا گلاس ہی ہوں۔تمام کو ملا کر ایک بوتل میں محفوظ کرلیں اور صبح شام ایک چمچ چاول کھانے والا پانی میں ملا کر استعمال کریں۔مستقل استعمال کریں اور قدرت کا تماشا دیکھیں۔

جون کے سوالات

سوال: میری نانی اماں جو کہ بزرگ ہیں ان کی عمر 80 سال کے قریب ہے۔ان کو پیشاب کی بندش کا مسئلہ بن جاتا ہے۔پیشاب کی حاجت ہوتی ہے لیکن آتا نہیں۔بار بار باتھ روم میں جانا پڑتا ہے۔برائے مہربانی اس کا کوئی حل ہے تو بتائیں۔

سوال: میری بھابی کو چہرے پر ہڈیاں بڑھنے کا مسئلہ ہے۔ماتھے پر چھوٹے چھوٹے ابھار ہیں اور پاؤں پر بھی ٹخنے کے پاس۔ڈاکٹر اس کا حل آپریشن بتاتے ہیں اگر اس کا کوئی حل ہے تو بتائیں' ہم آپریشن سے بچ جائیں۔

سوال: میرا بیٹا جو کہ 8 سال کا ہے اس کے پیٹ میں کدو دانے ہیں جو کہ نہایت سخت ہیں جو ختم ہونے کا نام ہی نہیں لیتے۔ ڈاکٹری' ہومیو پیتھک سب علاج کرائے لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ بہت سخت پریشانی ہے۔ قارئین سے درخواست ہے مہربانی فرما کر اس کا حل بتائیں۔

(طاہر' گوجرانوالہ)

سوال: بندہ کو چھ نمبر کی عینک لگی ہوئی ہے مہربانی فرما کر ایسا نسخہ تجویز فرمائیں کہ عینک اتر جائے۔ **(جابر بن خالد)**

سوال: میری عمر 21 سال ہے سر میں خشکی بہت ہے بال بھی بہت گر رہے ہیں روزانہ ڈھیروں خشکی نکلتی ہے۔بہت سے تیل استعمال کیے ہیں مگر مستقل طور پر کسی سے کوئی فائدہ نہیں ہوا۔کوئی ایسا مشورہ دیں جس سے مستقل فائدہ ہو۔

(ناصر علی' سرگودھا)

سوال: میری عمر 19 سال ہے' کالج میں پڑھتا ہوں' چہرے پر بہت دانے ہیں کبھی پیپ والے ہوتے ہیں کبھی بڑے بڑے لال ہوجاتے ہیں۔ ہاتھ پاؤں میں جلن ہوتی ہے۔جسم میں سوئیاں چبھتی ہیں۔ **(محمد جمشید' راولپنڈی)**

گرتے بالوں کا مجرب نسخہ

کلونجی' لونگ' دو عدد انڈے اور مہندی میں دہی ملا کر سر پر لگائیں تین چار گھنٹے کے بعد کسی اچھے شیمپو سے دھولیں گرتے بالوں کیلئے میرا آزمودہ نسخہ ہے۔اس سے بال نرم اور چمکدار ہوجاتے ہیں۔ **(ایم صادق' لورالائی)**

خالق کی یاد میں

منیر حسین' بہاولپور

درود شریف پڑھنے بیٹھتا ہوں۔ایک ناجانی قوت میرے ہمراہ آ کر بیٹھ جاتی ہے اور درود شریف کے پڑھنے میں میری امداد کرتی ہے

میرے پیرو مرشد: السلام علیکم! دینی تعلیمات نہایت خوش اسلوبی سے ادا کی جارہی ہیں۔باوجود بیماری کے اب تک اللہ کے فضل سے کمی نہیں آئی ہے۔تفصیل درج ذیل ہے۔

1.درود شریف کی کل تعداد 1-1/2 ارب ہوچکی ہے۔روزانہ 25+5 ہزار درود شریف روزانہ پڑھتا ہوں۔جس وقت بھی میں درود شریف پڑھنے بیٹھتا ہوں۔ایک ناجانی قوت میرے ہمراہ آ کر بیٹھ جاتی ہے اور درود شریف کے پڑھنے میں میری امداد کرتی ہے۔درود شریف کا عدد ختم ہوتے ہی میرے یہ ساتھی اللہ حافظ کہہ کر غائب ہوجاتے ہیں۔یہ سب کچھ مجھے آپ کی نظر سے ملا ہے۔میں تو کچھ بھی نہیں ایک غریب اور بیمار شخص ہوں۔لہٰذا مجھے ہر وقت اپنی دعاؤں میں یاد رکھئے اس کے علاوہ دیگر مصروفیات ہیں۔

1. درود شریف روزانہ 30 ہزار بار کل تعداد 1-1/2 ارب
2. اَسْتَغْفِرُ اللّٰہ 1000 بار **3.** سُبْحَانَ اللّٰہ 500 بار
4. اَلْحَمْدُ لِلّٰہ 500 بار **5.** اَللّٰہُ اَکْبَرُ 500 بار
6. سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ وَلَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَ اللّٰہُ اَکْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَزِیْمِ 1000 بار **7.** استغفار 1000 بار سورۃ اخلاص 1 ارب
8. بِسْمِ اللّٰہِ مَجْرٖیھَا وَمُرْسٰھَا اِنَّ رَبِّیْ لَغَفُوْرُ الرَّحِیْمُ 1000 بار **9.** یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ 500 بار
10. اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ 1000 بار
11. سَلَامٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ الرَّحِیْمِ 1000 بار
12. فَبِاَیِّ اٰلَاءِ رَبِّ کُمَا تُکَذِّبَانِ 1000 بار
13. نَصْرٌ مِّنَ اللّٰہِ وَفَتْحٌ قَرِیْبٌ 1000 بار
14. یَارَزَّاقُ 500 بار **15.** یَابَاسِطُ 500 بار
16. اَللّٰہُ الصَّمَدُ 500 بار **17.** یَاسَتَّارُ 200 بار
18. یَاغَفَّارُ 200 بار **19.** یَاغَنِیُّ 500 بار

ہیپاٹائٹس A کا آزمودہ علاج

ایک تولہ پھٹکڑی کو معمولی دانے دار پیس کر آٹھ کیپسول بھرلیں روزانہ ایک کیپسول لسی کے ساتھ استعمال کریں۔آنکھوں اور جسم کی زردی ختم ہوجائے گی۔

(ماسٹر حکیم اللہ' ضلع دیر سرحد)

آپ کا خواب اور تعبیر

آپ کا نصیب اچھا ہوگا

خواب: میں نے دیکھا کہ میری بڑی پھوپھی (جو کہ میرا رشتہ کئی بار اپنے بڑے بیٹے کیلئے مانگ چکی ہیں اور میرے امی ابو نے انہیں منع بھی کردیا ہے) آئی ہیں اور میری امی سے باتیں کررہی ہیں تو میری امی ان سے کہتی ہیں کہ میری لڑکیوں کے بہت رشتے آرہے ہیں، لہٰذا میں تم کو اپنی لڑکی کا رشتہ نہیں دوں گی۔ پھر اسی خواب میں میرے بھائی دو لاکٹ لائے ہیں۔ ایک اپنی بیٹی کیلئے جو کہ بالکل سونے کا ہے اور ایک بھانجی کیلئے جو سونے کا جڑاؤ والا ہے۔ پھر مجھے آواز سنائی دیتی ہے کہ یہ جڑاؤ والا لاکٹ کتنا خوبصورت ہے اور یہ دیکھو اس کے پیچھے تو مدینہ بھی بنا ہوا ہے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

(نبیلہ۔لطیف آباد)

تعبیر: اللہ آپ کی قسمت اچھی کرے گا اور ازدواجی خوشحالی پائیں گی نیز بہترین نیک نام رشتہ نصیب ہوگا البتہ کسی بھی رشتے سے انکار میں بغیر سنت استخارے کے ہرگز فیصلہ نہ کیجئے گا ورنہ اس معاملے میں سخت چوک کا خطرہ ہے۔ واللہ اعلم

بازاری طریقہ کار نہ ہو

خواب: دیکھتا ہوں کہ میں اپنے کالج کی لیبارٹری میں کھڑا ہوں میرے ساتھ میری بڑی بہن بھی ہیں (اس لڑکی کے بارے میں، میں نے اپنی خالہ کو بتایا ہے بڑی بہن کو نہیں) اتنے میں وہ لڑکی اپنے بھائی کے ساتھ جو کہ میرا بچپن کا دوست بھی ہے آئی ہے۔ ہم سب مسکرا رہے ہوتے ہیں۔ میں اپنی پڑھائی کے متعلق بتا رہا ہوں کہ سائنس کے مضامین بہت مشکل نہیں ہیں۔ میں اس کی طرف بھی دیکھتا جاتا ہوں وہ مجھے دیکھ کر مسکراتی ہے یعنی ہم سب خوش ہیں اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی۔ **(ایس اے۔پشاور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق یہ لڑکی آپ کی اچھی بیوی ثابت ہوسکتی ہے بشرطیکہ جائز طریقہ سے رشتہ مانگ لیا جائے اور کسی قسم کا بازاری طریقہ کار ہرگز نہ اختیار کیا جائے ورنہ بجائے خوشی کے کہ یہ لڑکی وبال جان ہوجائے گی۔

آنکھوں کے سامنے شکست وریخت

خواب: ہمارے گھر میں جہاں نلکا لگا ہوا ہے وہاں دو سانپ ہیں ہم نے ان کے اوپر پانی گرادیا انہیں کچھ بھی نہیں ہوا ہم واپس آئے اور پھر وہاں گئے مگر اب وہاں ایک سانپ تھا ہم اسے مارنے لگے مگر ڈر گئے اور پھر ہمارا بھائی آیا اسے ہم نے بولا اسے مار دو اور ہم وہاں سے کافی دور آگئے جب بھائی نے سانپ کے سر پر پاؤں رکھا تو سانپ کے سر سے گرم گرم خون دائیں ہاتھ کی ہتھیلی پر آگرا ہم وہیں گئے اور نلکے سے ہاتھ دھولیا مگر زمین میں اب بھی کافی خون گرا ہوا ہے۔ ہماری آنکھ ہاتھ دھونے کے بعد فوراً کھل گئی۔

(تنویر انور۔شرقپور شریف)

تعبیر: اللہ نے آپ لوگوں کو دشمنوں کے شر سے محفوظ فرمالیا ہے اور دشمنوں کو آپ لوگوں کی آنکھوں کے سامنے ہی شکست وریخت کردیں گے نیز ان کی بدباطنی آپ کو کوئی نقصان نہیں پہنچا سکے گی۔ واللہ اعلم

آفت سے حفاظت یا اچھے رشتے سے محرومی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں صحن میں کھڑی ہوں اور سورج دیکھ رہی ہوں اتنے میں سورج نے میری طرف آنا شروع کردیا ہے میں ڈر کر اوپر والے صحن میں آئی اتنے میں سورج زمین کے گلوب کی شکل اختیار کرکے میری طرف آنے لگا اتنے میں بڑے بھائی آگئے اور مجھے اپنے حصار میں لے لیا۔ اس گلوب نے صحن میں دو تین چکر لگائے اور واپس چلا گیا اور میں بالکل محفوظ رہی۔ (میں ایم اے کررہی ہوں اور بھائی میرے لئے رشتے تلاش کررہے ہیں)۔

(شازیہ خانم۔کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کسی بہت بڑی آفت سے بچ گئی ہیں یا کسی بہت اچھے رشتے سے محروم ہوگئی ہیں اور آپ کے بھائی نے جلد بازی میں غالباً انکار کردیا، بہرکیف آپ حسب توفیق صدقہ دیکر عافیت کی دعا کرلیا کریں۔

بے گناہ قیدی ثابت ہوں گے

خواب: میں نے دیکھا کہ پہاڑی علاقہ ہے بعد میں پہاڑ کے نزدیک کھڑا ہوں دور پہاڑ کے دامن میں ایک خوبصورت گھوڑا کھڑا ہے۔ پھر شیر دیکھتا ہوں۔ میں شیر کے سر پر ہاتھ پھیرتا ہوں اور کہتا ہوں کہ یہ تو بے ضرر شیر ہے۔ میرے ہاتھ پھیرنے سے شیر سر جھکا کر لیٹ جاتا ہے۔ پھر آنکھ کھل گئی۔ **(اسد اللہ۔بلوچستان)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق انشاء اللہ آپ بے گناہ ثابت ہونگے اور باعزت بری ہوجائیں گے البتہ کچھ مشقت اٹھانا پڑے گی نیز آپ کا دشمن بہت طاقتور ہے مگر وہ جلد زیر ہوجائیگا۔ واللہ اعلم

راحت وخوشی نصیب ہوگی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں نے ریشم گلی سے کپڑا خریدا ایک گلابی اور ایک ہرا پھر اسے لے کر میں ہسپتال آگئی وہاں پھر ایک سفید میز کے کونے پر بیٹھ گئی سامنے میری سہیلی نازیہ بھی ہے کپڑوں میں پھسلن اتنی ہے کہ وہ ایک کے اوپر ایک رکھا نہیں جارہا۔ میں اپنی سہیلی سے باتوں میں مصروف ہوں کہ پیچھے سے وہ لڑکا جسے میں پسند کرتی ہوں آتا ہے اور کہتا ہے کہ لاؤ ان کپڑوں کو میں ایک کے اوپر ایک باندھ دوں لیکن میں کہتی ہوں کہ نہیں رہنے دو اور پھر روٹی کا سوکھا ٹکڑا میز پر پڑا ہے اسے تھوڑا سا توڑتی ہوں اور اپنی سہیلی سے بھی کہتی ہوں کہ وہ بھی کھائے میں جب تک اس سے بات کرتی ہوں وہ میرے پیچھے کھڑا رہتا ہے۔ **(نورین محمد شفیق۔کراچی)**

تعبیر: آپ کو مالی آسودگی ہوگی اور انشاء اللہ کبھی تنگ دستی نہیں ہوگی نیز آپ کو بہتر رشتہ نصیب ہوگا اور راحت وخوشی ملے گی۔ بہرکیف آپ صدقے کا اہتمام کیا کریں۔

بلاتوبہ موت کا اندیشہ!

خواب: ایک باریش بزرگ میرے سامنے تشریف فرما ہیں انہوں نے مجھے کہا کہ قیامت آئی تھی سب دنیا فنا ہوگئی اب پھر دوبارہ سب زندہ ہوگئے ہیں اب تمہارے سب رشتے ناتے ختم ہوگئے ہیں میں نے انہیں کہا کہ میرے دل میں درد عشق تو اسی طرح ہے۔

(عطاء اللہ۔کویت)

تعبیر: آپ کو قیامت کی تیاری کا حکم ہے اور تنبیہ ہے کہ آپ کو ایک اور موقع توبہ وندامت کا دیا جاتا ہے اس کو ہرگز ضائع نہ کریں ورنہ بلاتوبہ موت کا اندیشہ ہے اور رشتے ناتے وہاں کچھ کام نہ آئیں گے۔ اللہ آپ کو نیک اعمال کی توفیق دے خصوصاً رزق حلال کی کوشش کیجئے۔ اور نماز کی پابندی کیجئے

احترام سے ابدی راحتوں تک

رفعت خانم، فیصل آباد

کیا آپ نے کبھی سوچا ہے کہ ہماری آج کل کی نسل کے بچے والدین اور بڑوں کا کہنا کیوں نہیں مانتے اور بڑوں کے ادب و احترام سے تو خصوصاً عاری ہیں؟ اس بات کا اصل سبب ان کے بڑوں کا اذان یعنی اللہ تعالیٰ کی دعوت کو خاموشی سے نہ سننا ہے

اللہ کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ ہم 5 وقت اذان جیسا نغمہ تو حید سنتے ہیں' حقیقت میں اذان ہے ہی ایسی دلفریب صدا جسے غور سے سنے بغیر زندگی میں لطف نہیں آسکتا' حضرت ابن عمرؓ فرماتے ہیں کہ آپ ﷺ نے فرمایا آسمان کے دروازے پانچ اوقات میں کھل جاتے ہیں۔ تلاوت قرآن کے وقت' اذان کے وقت' جہاد میں جماعتوں کے مقابلہ کے وقت' بارش کے وقت' مظلوم کی دعا کے وقت۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا جب اذان دی جاتی ہے تو آسمان کے دروازے کھل جاتے ہیں' دعائیں قبول ہوتی ہیں۔ (مستند طیالسی) حضرت ابوسعید خدریؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا اگر لوگ اذان کے ثواب کو جان لیں تو تلواروں سے لڑائی کریں۔ کئی جگہیں دنیا میں ایسی ہیں جہاں کھلے عام اذان ممنوع ہے۔ لہٰذا ہمیں اس کی قدر کرنی چاہیے اور اذان غور اور دھیان سے سننی چاہیے۔

ہم میں سے اکثر اذان کی طرف کتنا دھیان دیتے ہیں یہ خود ہی سوچ لیں اپنے کاموں اور باتوں کو بدستور کرتے رہتے ہیں جب کہ یہ ناپسندیدہ ہے۔

سلف صالحین میں سے کسی کے کان میں اذان کی آواز پڑتی تو اگر ہتھوڑے سے کام کرتے وقت ہاتھ پیچھے کی طرف ہوتا تو وہیں رک جاتا۔ تسلی سے اذان سنیں اور مؤذن کے ہر کلمے کو دہرا کر اذان کا جواب دیں بعد میں دعا پڑھ کر اپنی دعا بھی اللہ سے مانگیں یہ قبولیت کا وقت ہوتا ہے۔

حدیث پاک کا مفہوم ہے کہ جو شخص اذان کے دوران خاموش نہیں ہوتا اسے موت کے وقت کلمہ طیبہ نصیب نہیں ہوتا۔

مشہور خلیفہ ہارون الرشید کی اہلیہ زبیدہ بیگم کو انتقال کے بعد جب کسی باندی نے خواب میں دیکھا تو دریافت کیا کہ کیا گزری۔ انہوں نے کہا کہ مجھے اللہ تعالیٰ کے سامنے پیش کیا گیا اور مجھ سے نہر زبیدہ کی بابت سوال ہوا تو میں نے کہا بے شک یہ آپ کی رضا کے واسطے بنائی گئی۔ جواب ملا کہ تیرے نام پر اس کا نام تھا۔ تجھے اچھا کہا جا چکا۔ البتہ تیری ایک نیکی ہمارے پاس ہے کہ ایک دفعہ تو پانی پینے لگی تو اذان شروع ہوگئی تو نے اذان کے احترام میں پیالہ وہیں رکھ دیا اس بات پر تجھے بخش دیا۔

اسی طرح ایک عورت نے اپنے گاؤں کا واقعہ بتایا کہ وہاں کے انتہائی غریب لوگوں کی ایک عورت فوت ہوگئی۔ گاؤں کے چودھریوں کی طرف سے ان لوگوں کو گاؤں کے قبرستان میں دفن کرنے کی ممانعت تھی لیکن وہ اس بات سے لاعلم تھے۔ انہوں نے اپنی عورت اسی قبرستان میں دفن کردی بعد میں چودھری کو پتہ چلا کہ تو وہاں سے نعش نکلوانے لگا جب قبر کھودی گئی تو اس میں سے بے انتہا خوشبوئیں آرہی تھیں اور نعش تروتازہ تھی۔ شرمندہ ہوکر قبر بند کی اور اس کے گھر والوں سے عمل پوچھا انہوں نے بتایا کہ کوئی خاص عمل تو نہ تھا البتہ جب اذان ہوتی تو خود بھی خاموشی اور احترام سے سنتی اور دوسروں کو بھی چپ رہنے کی تاکید کرتی۔

کیا آپ نے کبھی سوچا ہے کہ ہماری آج کل کی نسل کے بچے والدین اور بڑوں کا کہنا کیوں نہیں مانتے اور بڑوں کے ادب و احترام سے تو خصوصاً عاری ہیں؟ اس بات کا اصل سبب ان کے بڑوں کا اذان یعنی اللہ تعالیٰ کی دعوت کو خاموشی سے نہ سننا ہے اگر وہ اذان خاموشی اور احترام سے سنیں اور اولاد کی دینی تربیت کی طرف مائیں توجہ دیں (کیونکہ مردوں کی وجہ سے دین دہلیز تک اور عورتوں کے دین دار بننے سے دین گھر اور بچوں میں آتا ہے۔) تو کوئی وجہ نہیں کہ نافرمان اولاد فرمانبردار بن جائے۔

جوڑوں کے درد سے یقینی نجات

یہ نسخہ میں نے سینکڑوں مریضوں کو استعمال کروایا ہے اور وہ اللہ تعالیٰ کے فضل سے شفا سے ہمکنار ہوئے ہیں

یہ نسخہ میں نے سینکڑوں مریضوں کو استعمال کروایا ہے اور وہ اللہ تعالیٰ کے فضل سے شفاء سے ہمکنار ہوئے ہیں۔ مجھے ایک دفعہ علاقہ تھل میں جانے کا اتفاق ہوا۔ ایک بوڑھی عورت مجھے کہنے لگی کہ کافی آدمیوں کی زبانی میں نے سنا ہے کہ آپ کے پاس جوڑوں کے درد کی بہترین دوا ہے۔ میرا حال یہ ہے عرصہ 5 سال سے یہ درد شروع ہوا ہے۔ علاج معالجہ کرانے سے معمولی فرق پڑتا اور پھر وہی درد برقرار رہتا ہے۔ اب میرا یہ حال ہے تمام جوڑوں میں درد اور سارے جسم میں بھی اکثر درد رہتا ہے۔ لاٹھی کے سہارے کچھ چل پھر سکتی ہوں۔ لیکن تھوڑا سا چلوں تو درد شدت اختیار کر جاتا ہے۔ عاجز نے اس عورت کو ساٹھ پڑیاں بنا کر دیں جو کہ تیس دن کی دوائی تھی۔ 15 دن کے بعد مجھے ان کا خط ملا کہ میں مکمل ٹھیک ہوگئی ہوں بقایا دوائی کھاؤں یا نہ کھاؤں۔ نسخہ مذکورہ ذیل میں ملاحظہ فرمائیں۔ **ھوالشافی**: آک کی جڑ کا خشک چھلکا 250 گرام، کلونجی 250 گرام، اجوائن دیسی 250 گرام تمام اجزاء کی سفوف بنائیں۔

خوراک: ایک چمچ صبح وشام نیم گرم دودھ کیساتھ لیں۔

شوگر: اکثر ڈاکٹر اور اطبا سے سنا ہے کہ میرے پاس شوگر کا مایہ ناز نسخہ ہے نتائج کے لحاظ سے جتنے فوائد اس نسخہ (جو کہ میرے استاد محترم کا مجوزہ ہے اللہ تعالیٰ ان پر اپنی رحمت کرے اور ہمارے سر پر حکیم محمد طارق محمود چغتائی کا سایہ قائم رکھے) میں پائے جاتے ہیں کسی اور نسخہ میں کم ہونگے۔ مریضوں کو نہیں حکیموں کو بھی استعمال کرا چکا ہوں۔ کبھی ناکامی نہیں ہوئی بارہا کا آزمودہ ہے۔ نسخہ ذیل ہے۔ **ھوالشافی**: کلونجی، تخم سرس، گوند کیکر، تمہ خشک، ہموزن لیکر سفوف بنائیں اور فل سائز کیپسول ہمراہ پانی' بعض اوقات بھیانک حد تک شوگر آؤٹ آف کنٹرول ہو جاتی ہے۔ ان تمام حالات کیلئے یہ نسخہ بہت ہی مفید ہے۔ اس کے استعمال سے لبلبہ بھی دوبارہ کام کرنے لگتا ہے یہ نسخہ ایک اکسیری اور لاجواب تحفہ ہے۔ (صفحہ نمبر 275,274)

بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' اور وظائف اولیاء لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں' لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

پھلوں کو تازہ اور بے داغ رکھنے کیلئے: پھلوں پر عرق لیموں چھڑک دیجئے تو کافی عرصے تک تروتازہ اور بے داغ رہیں گے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

حسن افزا صابن

میرا تعلق ایک غریب گھرانے سے ہے۔ کالج میں لڑکیاں آپس میں باتیں کرتی ہیں کہ فلاں کریم رنگ نکھارتی ہے' لوشن لگانے سے جلد نرم رہتی ہے' صابن استعمال کرنے سے رنگت صاف ہوتی ہے۔ وہ طرح طرح کے نام لیتی ہیں۔ میرا دل چاہتا ہے کہ میں بھی کریم استعمال کروں اچھے صابن خریدوں' مگر میں کچھ نہیں کرسکتی۔ آج کل میرا رنگ بہت خراب ہورہا ہے۔ جلد بھی چکنی ہوگئی ہے۔ مجھے کوئی آسان سا ٹوٹکہ بتایئے تاکہ میں استعمال کرسکوں اور رنگ بھی صاف ہوجائے۔ **(ریحانہ نسرین' حیدرآباد)**

مشورہ: ریحانہ بی بی! آج کل لڑکیوں کو نت نئی کریمیں خریدنے کا خبط ہوگیا ہے۔ بہت سی لڑکیوں کے خط آتے ہیں کہ کریم سے جلد خراب ہوگئی' دانے نکل آئے۔ بعض کو ایگزیما ہوجاتا ہے۔ الرجی تو عام طور پر ہوتی ہے۔ ہمارے وقتوں میں بیسن سے منہ دھوتے تھے۔ سرسوں کی کھل پانی میں بھگو کر اس سے منہ ہاتھ اور سر کے بال بھی دھوئے جاتے تھے۔ فیشن کی ضرورت پڑتی اور نہ کریموں کی۔

آپ ایک لیموں کے دو ٹکڑے کیجئے اور گھر میں جو صابن استعمال کرتی ہیں وہ ان ٹکڑوں پر اچھی طرح ملیے۔ باقی جو بچے وہ آپ ہاتھوں اور بازوؤں پر مل سکتی ہیں۔ اس کے بعد آپ تازہ پانی سے منہ دھو لیجئے۔ اس سے رنگ بھی صاف ہوجائے گا اور چہرہ بھی نکھر جائے گا۔ جن لڑکیوں کی جلد حساس ہو وہ یہ ٹوٹکہ استعمال کرنے سے گریز کریں۔

سینے پر گلٹیاں اور داڑھی ندارد

میری شادی خاندان سے باہر ہوئی ہے۔ شادی کو دو سال ہوگئے ہیں۔ میرے شوہر کے ساتھ ایک مسئلہ ہے۔ ان کا سینہ خاصا ابھرا ہے اور داڑھی کے صرف چند گنتی کے بال ہیں۔ میرے چچا سسر کے سینے میں بھی یہی مسئلہ ہے بلکہ ان کو ایک چھوٹے آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے۔ سرجن سینے میں سے گلٹیاں نکال دیتے ہیں' لیکن پھر کچھ ماہ بعد یہ شکایت ہوجاتی ہے۔ ڈاکٹر نے میرے شوہر کو بتایا ہے کہ اولاد ہونے کے امکانات بہت کم ہیں۔ اب میں بہت پریشان ہوں۔ اس مسئلے میں آپ کچھ مدد کرسکتی ہیں تو ضرور بتایئے۔

مشورہ: بی بی! اولاد کی خواہش سب کو ہوتی ہے اور یہ ساری باتیں ہمارے پیارے رب کے اختیار میں ہیں۔ آپ نماز پڑھ کر دعا کیجئے۔ انشاءاللہ ضرور قبول ہوگی۔ آپ اپنے شوہر کی ساری کیفیت لکھ کر بھیجئے۔ ان کی عمر' رنگ' قد' مزاج اور یہ کہ درد تو نہیں ہوتا۔ پھر میں آپ کو ڈاکٹروں سے مشورہ کرکے جواب دوں گی۔ داڑھی کیلئے بھی کوئی نسخہ آپ کو خط اور پتہ آنے پر بھیج دوں گی۔

اپنی ہنسی کی آواز بھول گئی ہوں

تیس برس کی عمر میں مجھے معاشرے نے اتنے دکھ دیئے ہیں کہ میں اپنے آپ کو بھول گئی ہوں۔ مجھے معلوم نہیں میں کتنے برس پہلے ہنسی تھی۔ اپنی ہنسی کی آواز بھول گئی ہوں۔ سوتیلی ماں کے ظلم وستم سہے' شوہر ملا تو وہ بھی آوارہ اور بدمزاج۔ سسرال والوں نے کسی طرح رہنے نہیں دیا۔ ایک بچہ ہوا وہ بھی علاج نہ ہونے کے سبب مرگیا۔ شوہر نے مار پیٹ کے گھر سے نکال دیا اور طلاق دیدی۔ اب میں کسی کے گھر میں رہتی ہوں۔ ایک فالج زدہ عورت کی خدمت کرتی ہوں۔ چند دنوں سے مجھے ایسا لگ رہا ہے اس عورت کا بیٹا مجھ میں دلچسپی لے رہا ہے اور مجھ سے نکاح کرنا چاہتا ہے۔ اس کی ایک ٹانگ خراب ہے' کسی حادثہ میں ہڈی چکنا چور ہوگئی تھی۔ گھر میں اور کوئی نہیں ہے مجھے اس گھر میں پندرہ سو روپے اور کھانا کپڑا مل جاتا ہے۔ نوکری چھوڑتی ہوں تو کہاں جاکر رہوں گی۔ مجھے ایسا لگتا ہے گھر والے میرے حال پر رحم کھارہے ہیں اور ان کو مفت کی ایک ایماندار مخلص نوکرانی کی ضرورت ہے۔ اب آپ بتایئے میں کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟ **(ایک دکھیاری)**

مشورہ: آپ کے حالات پڑھ کر افسوس ہوا اب وقت گزر گیا' سوچنے سے کیا حاصل ہوگا' اب آپ تین برس سے اس گھرانے میں رہتی ہیں۔ سارے گھر کا نظام آپ کے ہاتھ میں ہے گھر کے نوکر سے آپ کھانا پکواتی ہیں' سارے کام کرواتی ہیں۔ فالج زدہ عورت کی دیکھ بھال کرتی ہیں۔ آپ کی ایمانداری' خلوص' ان تھک محنت نے ماں بیٹے کو موہ لیا ہے۔ آپ ان پر شبہ نہ کریں۔ وہ آپ کو گھر کی مالکہ بنانا چاہتے ہیں۔ مفت کی نوکرانی تو نہیں۔ آپ یوں کیجئے کہ رات کو دو نفل پڑھ کر سارے معاملات اللہ تعالیٰ کے سپرد کردیجئے اور خاتون سے اشارتاً کہہ دیجئے کہ مجھے منظور ہے۔ وہ خاتون نیک ہمدرد ہیں وہ آپ کا برا نہیں چاہ رہیں۔ ٹانگ کے خراب ہونے کی پرواہ نہ کیجئے۔ شادی کے بعد کوئی حادثہ ہوجاتا تو کیا آپ شوہر کو چھوڑ دیتیں۔ رہی ہنسی کی بات تو آپ بالکل پریشان نہ ہوں۔ شادی کے بعد بھولی بسری خوشیاں آپ کے دامن میں بسیرا کرلیں گی اور وہ ہونٹ جو مسکرانا بھول گئے ہیں خودبخود خوشی سے آراستہ ہوجائیں گے۔ اللہ تعالیٰ کی طرف سے آپ کیلئے یہ شادی ایک انعام ہے۔ آپ اسے بالکل نہ ٹھکرایئے۔

غصہ بہت آتا ہے

میری عمر 18 سال ہے۔ میری مرضی کے خلاف کوئی بات ہوجائے تو میں غصے سے چیخنے لگتی ہوں۔ بعض دفعہ تو برتن بھی توڑ دیتی ہوں۔ میری سہیلیاں کہتی ہیں کہ تم جیسی لڑکی سے کون شادی کرے گا۔ یہ بات میرے دل کو لگتی ہے مجھے بتایئے غصہ کیسے کم ہوسکتا ہے اور میں ایک اچھی خوش مزاج لڑکی کیسے بن سکتی ہوں۔ **(ر۔الف)**

مشورہ: بی بی بری بات پر غصہ آجائے تو تھوڑی دیر بعد ختم ہوجاتا ہے۔ آپ نے تو اپنے آپ کو گھر والوں پر رعب جتانے کیلئے ایک ''ہوا'' بنالیا ہے اور یہ بات تو بہت اچھی ہے کہ سہیلیوں کی بات دل کو لگ گئی۔ مجھے پورا یقین ہے کہ آپ غصہ پر قابو پالیں گی۔ مذہب سے دوری ہم کو تباہ کردیتی ہے۔ ماں باپ نے آپ کو پالا' پرورش کی' جان ومال قربان کیا' تعلیم دلائی' ہر بات کا خیال رکھا۔ آپ کو پتہ ہے کہ ماں باپ کے ہم پر کتنے حقوق ہیں اور آپ بجائے ان کا کہنا ماننے کے غصہ دکھاتی ہیں' برتن توڑتی ہیں' والدین کا رتبہ بہت بلند ہے۔ نماز پڑھنے کی عادت ڈالیے' نماز برائیوں سے روکتی ہے۔ غصہ آجائے تو آپ تین بار لَاحَولَ وَلَاقُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْم آہستہ آہستہ پڑھیے۔ پھر ٹھنڈے پانی کا ایک گلاس بسم اللہ پڑھ کر پی لیجئے۔ کھڑی ہوں تو بیٹھ جایئے۔

منہ کے چھالوں کیلئے

ادرک ایک چھٹانک' سونف ایک چھٹانک' سبز الائچی ایک چھٹانک' سنگر مصری آدھا پاؤ ان سب کو کوٹ کر ملائیں اور سفوف تیار کرکے دو دو چمچ صبح' دوپہر' شام کھانے کے بعد ہمراہ پانی استعمال کریں۔ انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔ **(مہر دین صدیقی' میانوالی)**

مٹر سے پسلی کے دردوں کا شافی علاج

حکیم حبیب الرحمٰن

اس کے استعمال سے جلد کی خارش‘ پھوڑے‘ پھنسی اور خون کی خرابی دور ہوجاتی ہے۔ کیونکہ اس کا استعمال خون کو صاف کرتا ہے اس لیے چہرہ اور جسم کی رنگت میں نکھار پیدا ہوتا ہے۔ جسم میں قوت اور حرارت پیدا کرتا ہے‘ مٹر کسی بھی طریقہ سے پکا کر کھایا جائے جسم کو غذائیت بہم پہنچاتا ہے

مٹر کو عربی میں کرسنہ‘ انگریزی میں فیلڈ پیز کہتے ہیں یہ ایک عام اور ہر جگہ میسر ہونے والی سبزی ہے۔ گونا گوں صفات کی حامل ہے اس میں غذائی اجزا کافی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اس کو امیر اور غریب‘ بڑے اور چھوٹے‘ ادنیٰ و اعلیٰ‘ سیٹھ اور مزدور سبھی لوگ بڑے شوق سے مختلف طریقوں سے پکاتے اور کھاتے ہیں۔ زمانہ قبل از تاریخ سے اس کی ترکاری کو پکا کر کھانے کا رواج ہے اور قدیم لوگ اسے مختلف طریقوں سے کھاتے تھے۔ اس کی پھلیاں ہوتی ہیں جن میں سے چنے کے برابر گول سبز دانے نکلتے ہیں۔ یہی دانے پکا کر سالن کے طور پر بھون کر بھی کھائے جاتے ہیں۔ اس کو چاولوں میں ڈال کر مٹر پلاؤ بھی پکایا جاتا ہے جو کہ غذائیت کے لحاظ سے کسی طرح کم نہیں۔ مٹر گوشت آلو مٹر‘ مٹر قیمہ اور دیگر قسم کے مختلف سالن پکا کر کام و دہن کی تواضع کی جاتی ہے۔

مٹر طبی لحاظ سے دوسرے درجے میں گرم اور خشک ہوتے ہیں جدید تحقیقات کے مطابق اس میں پروٹین 23 فیصد‘ کاربوہائیڈریٹس 50 فیصد‘ وٹامن بی بھی کافی مقدار میں ہوتی ہے۔ لیکن اس میں سلفر یعنی گندھک اور فاسفورس دیگر اجزا کی نسبت زیادہ ہوتے ہیں۔

مٹر کسی بھی طریقہ سے پکا کر کھایا جائے جسم کو غذائیت بہم پہنچاتا ہے۔ سرد مزاج والے اشخاص کے پٹھوں اور اعصاب کو طاقت دیتا ہے۔ بدن کو فربہ کرتا ہے۔ خون کی کمی کو دور کر کے چہرے کی رنگت کو نکھارتا ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ پیٹ میں نفخ یا اپھارہ پیدا کرتا ہے۔ انتڑیوں میں ریاح کی پیدائش کو بڑھاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن کا معدہ کمزور ہو ان کیلئے اس کا استعمال مناسب نہیں چونکہ اس کے استعمال سے معدے میں نفخ اور انتڑیوں میں ریاح یا سوری زیادہ پیدا ہوتی ہے۔ اس لیے ایسے افراد جن کا معدہ کمزور ہو یا تبخیر معدہ کی شکایت ہو انہیں اس کے کثرت استعمال سے پرہیز کرنا چاہیے۔ البتہ اگر پکاتے وقت ادرک شامل کرلیا جائے تو اس کی اصلاح ہوسکتی ہے۔

چونکہ مٹر میں سلفر یعنی گندھک بھی قدرتی طور پر موجود ہوتی ہے اس لیے اس کے استعمال سے جلد کی خارش‘ پھوڑے‘ پھنسی اور خون کی خرابی دور ہوجاتی ہے۔ کیونکہ اس کا استعمال خون کو صاف کرتا ہے اس لیے چہرہ اور جسم کی رنگت میں نکھار پیدا ہوتا ہے۔ جسم میں قوت اور حرارت پیدا کرتا ہے اگر اس کے ساتھ پکاتے وقت ٹماٹر بھی شامل کیے جائیں تو جہاں اس کے ذائقہ میں زیادہ لذت پیدا ہوگی وہاں اس کی غذائیت میں بھی اضافہ ہوگا۔ چونکہ اس کے دانے نفخ اور اپھارہ کا باعث ہوتے ہیں لہٰذا اگر اس کا شوربہ یا سوپ کیا جائے تو نہ صرف یہ کہ اس طرح نفخ اور اپھارہ کا موجب نہیں ہوگا بلکہ جلد ہضم ہونے والا اور جسم کو پوری غذائیت مہیا کرنے کا موجب ہوگا۔ البتہ قیمہ مٹر اور آلو مٹر پکا کر کھانے کے شوقین اشخاص اس سے آگاہ رہیں کہ شوربے کی نسبت قیمہ مٹر‘ آلو مٹر نسبتاً ثقیل اور دیر ہضم ہونے والی غذا ہے۔

مٹر چونکہ ورم کو تحلیل کرتا ہے اس لیے اس کے لیپ سے ورم زخم اور سوجن دور ہوجاتی ہے۔ بچے کو دودھ پلانے کے دوران جن ماؤں بہنوں کو چھاتی یا پستان پر ورم یا سوجن کی شکایت ہوجائے تو دانہ مٹر باریک رگڑ کر روزانہ لیپ کرنے سے دو تین روز کے اندر چھاتی یعنی پستان کا ورم اور سوجن تحلیل ہو کر مکمل آرام آجاتا ہے اور بڑی بڑی قیمتی ادویات سے یہ علاج کہیں سستا اور مفید اور بے ضرر ہے۔

قیروطی آرد کرسنہ طب اسلامی کا ایک مشہور مرکب ہے جس کے استعمال سے درد پہلو اور پسلی کا درد یا نمونیہ کا درد دور ہوجاتا ہے اور زمانہ قدیم سے اطباء اپنے مریضوں کو استعمال کراتے ہیں اور اس کے لیپ سے فوراً سکون اور آرام محسوس ہوتا ہے۔

جن کے اجزاء یہ ہیں۔ آرد کرسنہ (مٹروں کا آٹا) آرد میتھی‘ کلونجی‘ ملٹھی‘ عقرقرحا ہر ایک چھ چھ ماشہ موم اور روغن سوسن بقدر ضرورت تمام کو باریک پیس کر اور روغن سوسن میں موم کو پگھلا کر حل کریں اور باقی دوائیں ملا کر سنبھال لیں اور بوقت ضرورت ورم اور سوجن کی جگہ پر لگائیں اور اوپر سے سینک کریں۔

پریشانیاں ٹل جائیں گی

سہیل جنجوعہ‘ لاہور

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو بندہ ہر صبح و شام کو 3,3 مرتبہ یہ پڑھے تو اسے کوئی بھی چیز نقصان نہ پہنچائے گی۔

پریشان حال‘ مصیبت زدہ کو دیکھے تو یہ پڑھے

حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ نبی ﷺ نے فرمایا جو شخص کسی (مادی‘ روحانی) مصیبت زدہ (یعنی معزور‘ پاگل‘ اغوا‘ قتل‘ بلڈ پریشر‘ ہارٹ اٹیک‘ ایڈز‘ کینسر‘ شوگر‘ ایکسیڈنٹ‘ ہیپاٹائٹس‘ فالج کا مریض) کو دیکھے اور یہ کلمات پڑھ لے تو اللہ تعالیٰ اس پڑھنے والے کو اس مصیبت/بیماری سے ضرور محفوظ رکھیں گے۔ (انشاءاللہ)

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِیْ عَافَانِیْ مِمَّا ابْتَلَاکَ بِهٖ وَفَضَّلَنِیْ عَلٰی کَثِیْرٍ مِّمَّنْ خَلَقَ تَفْضِیْلًا (بخاری)

ہر قسم کا تحفظ

حضرت عثمانؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو بندہ ہر صبح و شام کو 3,3 مرتبہ یہ پڑھے تو اسے کوئی بھی چیز نقصان یا ضرر نہ پہنچائے گی۔ (انشاءاللہ) ایک اور حدیث میں ہے کہ اچانک کوئی تکلیف نہ آئے گی۔ (انشاءاللہ)

بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِیْ لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ (ترمذی)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جب کھایا پیا کرو تو یہ دعا پڑھ لیا کرو‘ تمہیں کوئی بیماری (سوکھا پن‘ خوراک نہ لگنا) نہ ہوگی اگرچہ کھانے میں زہر ہی کیوں نہ ملا ہو (تحفۃ الحبیب فی ماز ادعلی الترغیب‘ میں مندرجہ بالا دعا کے آخر میں فِی السَّمَآءِ کے بعد وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ کی جگہ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ ہے)

حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص صبح و شام یہ دعا پڑھے اسے کوئی چیز بھی نقصان یا ضرر نہ پہنچائے گی۔ (انشاءاللہ) (مشکوٰۃ)

غیبی مدد

اگر کسی سے بقایا لینا ہو یا کسی بھی قسم کی کوئی چیز لینی ہو یا تنخواہ وغیرہ لینی ہو تو لیتے وقت پوری بسم اللہ شریف پڑھیں اگر کسی کو بقایا دینا یا کسی بھی قسم کی چیز آپ کی طرف واجب الادا ہو تو دیتے وقت آہستہ آواز میں اناللہ وانا الیہ راجعون 101 مرتبہ پڑھیں۔ انشاءاللہ کبھی ہاتھ خالی نہیں رہیں گے۔ میرا آزمودہ وظیفہ ہے۔ (بیگم منظور‘ حویلی لکھا)

جنت کا فاصلہ: پوچھا گیا جنت کتنی دور ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا جنت دو قدم پر ہے پہلا قدم نفس پر رکھ دو‘ دوسرا قدم جنت میں ہوگا۔

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

آزمودہ تجربات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

اللہ کے کلام میں بڑی برکت ہے

ایک دفعہ میری ٹانگ پر بہت بڑا پھوڑا بن گیا جو کہ واضح نمودار نہیں ہو رہا تھا بلکہ جلد کے اندر ہی اندر بہت بڑا ہو گیا اگر وہ جلد کے باہر واضح ہوتا تو جلدی پھٹنے کے چانسز بھی ہوتے مگر ایسا ہوتا نظر نہیں آرہا تھا اور مجھ سے چلنا دوبھر ہو گیا اور بیٹھتے ہوئے بھی بہت تکلیف ہوتی اس دوران ایک دن عبقری خاص نمبر ''مجھے شفاء کیسے ملی'' پڑھ رہی تھی جس میں صفحہ نمبر 93 پر آیت مُسَلَّمَةٌ لَّاشِيَةَ فِيهَا ۔ یہ آیت پھوڑے پھنسی کیلئے لکھی ہوئی تھی میں پھوڑے کی وجہ سے پہلے ہی بہت پریشان تھی میں نے اسی وقت یہ آیت باوضو اکتالیس بار پڑھ کر مرہم سکون پر دم کر کے لگائی میں حیران رہ گئی کہ مرہم لگانے کے دوران ہی مجھے پھوڑے کے ابھار میں کمی محسوس ہوئی اس کے کچھ گھنٹے بعد مجھے مزید کمی محسوس ہوئی اور چلنے پھرنے میں جو تکلیف تھی اس میں بھی افاقہ ہوا اور دو دن کے اندر اندر پھوڑا بالکل ختم ہو کے رہ گیا۔ سچ ہے کہ اللہ کے کلام میں بڑی برکت ہے۔

صلوٰۃ تسبیح کی برکت کا تحیر خیز واقعہ

1968ء میں ساہیوال کا ہسپتال اتنا بڑا نہ تھا تین چار ڈاکٹر ہوتے تھے ان میں سے ایک میں بھی تھا۔ سینئر میڈیکل آفیسر ہونے کی وجہ سے آپریشن تھیٹر اور وارڈ کی ذمہ داریاں میرے سپرد تھیں۔ اس زمانے میں ڈسٹرکٹ ہیڈکوارٹر ہسپتالوں میں ابھی اسپیشلسٹ نہیں آئے تھے۔ آپریشن عموماً ایک دن چھوڑ کر ہوتے تھے ایمرجنسی کے وقت مجھے کورتج دینی پڑتی تھی یا کبھی کبھی دوسرے ڈاکٹر عمر کو بلا لیتا۔ ڈاکٹر عمر چودھری نماز روزے کے پابند تو معلوم نہ ہوتے تھے مگر اللہ کا خوف اور دردمند دل رکھتے تھے۔ ان دنوں ڈاکٹروں میں یہ ہوس نہ تھی کہ مریض سے خوب پیسے بٹورے جائیں۔ اس صورت حال کے پیش نظر ماتحت عملہ بھی بہت محتاط تھا اور مریضوں کو کسی قسم کی شکایت نہ ہوتی۔

چالیس بیالیس سال کی ایک مریضہ جو پتے کے مرض میں مبتلا تھی داخل ہوگئی پتے میں سوجن تھی۔ لہٰذا آپریشن تجویز ہوا میں نے اسے اگلے دن لسٹ پر رکھ لیا۔ نرس سے کہہ دیا کہ علی الصبح مریض تیار کر کے تھیٹر بھیج دے۔ تھیٹر میں عملے کی نگرانی میرے فرائض میں شامل تھی۔ ڈیوٹی نرس نے میرے کان میں کہا کہ مریضہ نے رات سونے کی گولی کھائی اور نہ انیمیا لگوایا۔ اس کے برعکس تمام رات اس نے مصلے پر بیٹھ کر گزاری جب میں اس کے کمرے میں غصے سے گیا تو اس وقت بھی وہ جائے نماز پر بیٹھی تھی مگر اس کے سامنے جاتے ہی معلوم نہیں میرا غصہ کیوں ٹھنڈا ہو گیا میں نے اس کی بہن سے کہا کہ مریضہ کو لے آیئے۔ مریضہ نے دعا کے انداز میں چہرے پر ہاتھ پھیرے اور اٹھ کھڑی ہوئی۔ اس کے چہرے پر ایسی تابندگی اور بشاشت تھی جیسے تمام رات آرام سے سو کر اٹھی ہو۔ آپریشن کے دوران معلوم ہوا کہ مریضہ ایمبائسیس میں بھی مبتلا ہے اور جگر خراب ہے۔ خون نہیں بنتا۔ بمشکل آپریشن ختم ہوا اور وہ کمرے میں لائی گئی۔ ایک بوتل خون لگا۔ اس کے باوجود خون میں ہیموگلوبن نہ بڑھ سکی اور اسے غشی آگئی۔

سب ڈاکٹر پریشان تھے ڈاکٹر عمر بھی آئے۔ نہ معلوم کیا کیا دوائیں وغیرہ دی گئیں۔ رات کی نرس میرے ہسپتال آنے سے پہلی چلی گئی تھی۔ سارا دن مریضہ کی طبی حالت خراب رہی۔ شام کو رات کی ڈیوٹی والی نرس ملی تو اس نے بتایا کہ تمام رات یہ عورت مصلے پر کھڑی رہی ہے اور اسکی بہن کرسی پر بیٹھی سوتی رہی۔ یہ ناقابل یقین بات تھی میں نے اس کی بہن کو چپکے سے باہر بلا کر پوچھا تو اس نے بتایا بالکل غلط ہے۔ مریضہ بستر پر سو رہی تھی اور وہ کرسی پر بلکہ وہ نرس کو جب بلانے گئی تو چار بجے تھے اور نرس سو رہی تھی۔

دوسری رات ڈیڑھ بجے میں کوٹھی سے اٹھ کر چپکے سے وارڈ میں آ گیا نرس سو رہی تھی میں نے اس مریضہ کے کمرے کی پشت پر کھڑکی سے جھانکا تو حیران رہ گیا۔ وہ مریضہ مصلے پر نیت باندھے کھڑی تھی اندھیرے میں اس کا ہیولا سا نظر آرہا تھا۔ میں خاصی دیر کھڑا رہا۔ وہ بھی کھڑی رہی۔ دس پندرہ منٹ کے بعد میں کوٹھی میں آ کر سو گیا۔ صبح ہسپتال آیا تو مریضہ کو بالکل ٹھیک ٹھاک بستر پر لیٹے پایا۔ میں نے تنہائی میں چپکے سے دریافت کیا کہ آپ کیوں اپنے اوپر ظلم کرتی ہیں۔ اتنا بڑا آپریشن اور رات بھر کھڑی رہتی ہیں۔ اس نے ملائمت سے جواب دیا۔ آپ اندھیرے میں کمرے میں کیوں جھانکتے ہیں۔ مریض کو آرام نہیں کرنے دیتے میں حیران و ششدر رہ گیا کیونکہ جہاں سے میں نے جھانکا وہ کھڑکی اس کی پشت پر تھی اور کمرے میں کامل اندھیرا تھا میں نے کہا آپ مریض ہیں لہٰذا نماز لیٹ کر بھی پڑھ سکتی ہیں اس پر اس نے جو جواب دیا اس نے مجھے اور حیران کر دیا کہ نماز کیلئے وہ خود نہیں کھڑی ہوتی۔ رات میں اسے کوئی غیبی طاقت کھڑا رکھتی ہے اور یہ عمل وہ گزشتہ بیس برس سے کر رہی ہے کہ ہر جمعرات جمعے کی رات کو صلوٰۃ تسبیح پڑھتی ہے اور اسے یقین ہے کہ اس کا یہ فعل بیماری پر کسی صورت اثر انداز نہیں ہوگا جب میں نے یہ سب ڈاکٹر عمر چودھری کو بتایا تو وہ کہنے لگے بھائی ہم لوگ تو اسباب ہیں۔ شفاء تو وہی دینے والا ہے کیا معلوم اس کی اسی نماز سے شفاء ہوگئی ہو جبکہ آپریشن کے بعد اسکا اس قدر جلد کھڑا ہو جانا ہماری عقل سے دور ہے۔ **(ام حذیفہ اسلام آباد)**

جلے ہوئے زخموں کا شہد سے علاج

انڈا فرائی کرتے ہوئے میری تین انگلیاں جل گئیں حسب ضرورت ایلوپیتھک علاج مرہم استعمال کرتے رہے مگر زخم اور جلن ٹھیک نہیں ہو رہی تھی۔ اسی دوران روس افغان جنگ کے واقعات پڑھتے ہوئے معلوم ہوا کہ روسی فوجی جنگ کے دوران انتہائی سرد مقامات پر زخم جلد ٹھیک نہیں ہوتے تو اپنے گہرے زخموں کو شہد سے بھر دیتے اور بارودی زخم تک بھر جاتے۔ بس میں نے فوری طور پر انگلیوں پر شہد لگایا تو زخم دنوں میں نہیں گھنٹوں میں ٹھیک ہوا جلن فوری طور پر ٹھیک ہوگئی۔

چند دن کے بعد میری بھتیجی گرم گرم پانی گرنے سے جل گئی سینہ اور ران پر زخم بن گئے۔ ایلوپیتھک، ہومیوپیتھک سے کسی طور پر بچی کی جلن اور درد کم نہ ہوا، درد کی ادویات کھلائیں۔ اسی دوران ہم فیصل آباد چلے گئے۔ وہاں پر ہماری ملنے والی ڈاکٹر خاتون نے پہلے فون پر شہد کا مشورہ دیا مگر ہم اصرار کے باوجود الائیڈ ہسپتال کے سکن سپیشلسٹ کو دکھانے لے گئے انہوں نے فوری طور پر مشورہ دیا کہ (سے لائن) سے زخم کو صاف کریں اور شہد کی پٹیاں کریں صبح و شام،

عبقری 48 **نکسیر سے بچاؤ کیلئے:** سوکھی مٹی پر تھوڑا سا پانی ڈال کر اس کی خوشبو سونگھنے سے بھی نکسیر بند ہو جاتی ہے ☆ آملے کھانے سے بھی ناک سے نکسیر آنا بند ہو جاتی ہے۔

حیرت انگیز طور پر بچی کی جلن اور زخم بھرنا شروع ہوگئے۔ ایک ہفتے میں بچی بالکل ٹھیک ہوگئی۔

خارش انگیز یما سے نجات

مدرسے میں ساتھی لڑکی نے شوق میں سورج گرہن دیکھا تو اس کی آنکھوں میں شدید جلن' درد اور لال انگارہ بن گیا۔ صبح و شام شہد کی سلائیاں لگانے سے آنکھیں بالکل ٹھیک ہوگئیں۔

دونوں ہاتھوں کی انگلیوں پر ایگزیما تھا۔ بہت خارش ہوتی اور زخم رسنے والا بن جاتا۔ بہت مرہم' ٹیوب استعمال کیں فرق نہیں پڑا۔ ایک دن والدہ کے ساتھ کریلے چھیل رہی تھی۔ چھیلنے کے دوران زخم میں جلن اور خارش تیز ہوئی مگر فوری طور پر سکون ہوگیا۔ صرف ایک ہی ہفتے میں میں نے روزانہ یہ عمل کیا تو زخم بالکل ٹھیک ہوگیا۔

بھڑ کاٹ لے تو آیوڈیکس' لیموں کاٹ کر اوپر رگڑنے سے اور اسی طرح آلو درمیان سے کاٹ کر رگڑنے سے درد اور ورم نہیں آتا فوراً آرام آجاتا ہے۔ **(ڈاکٹر غزالہ خالد' لاہور)**

طویل عرصہ جوان رہنے کا نسخہ

جو لوگ کھانے پینے میں احتیاط کے پہلو کو مدنظر نہیں رکھتے اور خوب ڈٹ کر کھاتے ہیں وہ گویا پیسے خرچ کرکے بیماریاں خریدتے اور عموماً سخت تکلیف اٹھاتے اور آخر کار پچھتاتے ہیں۔ کم کھانے کی حکمتیں تو سائنسدان بھی تسلیم کرتے ہیں۔ چنانچہ اس سلسلے میں جدید سائنسی تحقیق کے مطابق امریکہ میں کم کھانے والے چوہے اور کتے تین گنا زیادہ عرصہ زندہ رہتے ہیں۔ زیادہ نہ کھانے سے انسان بوڑھا نہیں ہوتا بلکہ طویل عرصے تک جوان رہتا ہے۔

بدن کے سیاہ داغ دھبوں کیلئے

اس کیلئے روزانہ پانی میں نمک ملا کر اس میں پیاز کے ایک ٹکڑے کو ڈبو کر دھبے پر آہستہ سے رگڑیئے انشاءاللہ تھوڑے ہی دنوں میں شفاء نصیب ہوگی۔

گنجے پن کا علاج

گنج پر آنکھ میں لگانے والا سرمہ لگائیں اس سے بھی بال اگ آتے ہیں جو حضرات جوؤں کی وجہ سے پریشان رہتے ہوں ان کو چاہیے کہ وہ سر میں پیاز کا رس تیل کی طرح ڈالیں اس سے جوؤں کا خاتمہ ہوجائے گا۔ اس کا ایک اور فائدہ یہ ہوگا کہ جو بال جھڑ چکے ہونگے وہ دوبارہ اگ آئینگے۔

احتیاط: پیاز سے سر میں بدبو پیدا ہوجاتی ہے اس سے مسجد میں داخلہ ''حرام'' رہے گا۔ لہٰذا مرد حضرات سر اچھی طرح دھو کر بدبو ختم کرنے کے بعد مسجد میں حاضر ہوں۔

آنکھوں کی کمزوری سے نجات کیلئے

آنکھوں کی کمزوری کیلئے شلغم کے سبز پتوں کا رس اور گاجر کا رس دونوں ملا کر شام کے وقت پئیں اور ذیابیطس کے مریضوں کیلئے تو ان کا رس نہایت مفید اور صحت بخش ہے۔

یاد رکھیے! ہر کام کیلئے دعا ضرور مانگا کریں اور دعا طویل ہوا کرے۔ میں دعوے سے کہہ سکتی ہوں کہ وہ دعا کبھی رد نہیں ہوگی جو سچے دل سے مانگی ہو۔ دعا مانگنے کے بھی کچھ آداب ہیں دن میں کسی بھی وقت دعا مانگا کریں اور دعا میں ضرور کچھ مانگیں۔ اللہ تعالیٰ بندے کی دعا سے خوش ہوتے ہیں اور بندے کی دعا قبول فرماتے ہیں اور اس دعا کا بدلہ دنیا میں بھی عنایت فرماتے ہیں اور آخرت میں بھی عنایت فرمائینگے۔ یہ تمام باتیں ہماری آزمائی ہوئی ہیں اور زندگی کا معمول ہیں آپ بھی یقین سے کریں انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔ اللہ برکتیں اور خیریت آپ کے دامن میں بکھیر دینگے۔ **(عائشہ ارشاد ملک' گوجرانوالہ)**

میزبان رسول ﷺ

پانی کا برتن ٹوٹ گیا اور پانی کمرے کی چھت پر پھیل گیا انہیں پریشانی ہوئی کہ اب پانی نیچے ٹپکے گا اور نچلے کمرے میں سرور دو عالم حضور نبی کریم ﷺ قیام فرما ہیں پانی کے قطرے ان پر گریں گے اس طرح آپ کو تکلیف ہوگی لہٰذا فوراً اپنا لحاف چھت پر پھیلا دیا تاکہ لحاف سے پانی جذب ہو جائے دن بھی شدید سردی کے تھے ان کے پاس لحاف بھی بس وہی تھا چنانچہ رات سردی میں ٹھٹھرتے گزاری تاہم اب انہیں یہ اطمینان تھا کہ اللہ کے رسول ﷺ کو تکلیف نہیں ہوگی یہ تھیں ام ایوب انصاریہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا یعنی حضرت ابوایوب انصاری جنہیں میزبان رسول ﷺ بننے کا شرف حاصل ہے۔

ہجرت کے بعد جب آپ ﷺ مدینہ منورہ میں داخل ہوئے تو آپ نے انہی کے ہاں قیام فرمایا تھا۔ حضرت ابو ایوب انصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ اور حضرت اُم ایوب رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی خواہش تھی کہ نبی کریم ﷺ اوپر والی منزل میں قیام فرمائیں لیکن آپ ملاقات کیلئے آنے والوں کی آسانی کی خاطر نچلی منزل میں قیام فرمایا تھا آپ کی خواہش کے مطابق دونوں میاں بیوی اوپر والی منزل پر چلے گئے لیکن انہیں ہر وقت یہ پریشانی رہتی تھی کہ وہ اوپر والی منزل پر ہیں اور رحمت دو عالم ﷺ نچلی منزل پر ایک دن یہ احساس اس قدر ہوا کہ دونوں میاں بیوی سکڑ کر ایک کونے میں بیٹھ گئے اور ساری رات اسی حالت میں گزار دی صبح ہوئی تو نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا! اے اللہ کے رسول ﷺ ہم ساری رات چھت کے ایک کونے میں بیٹھ کر جاگتے رہے، آپ ﷺ یہ سن کر حیران ہوئے اور پوچھا وہ کیوں؟ جواب میں انہوں نے عرض کیا:

ہمارے ماں باپ آپ ﷺ پر قربان ہر لمحے یہ خیال پریشان کرتا رہا کہ آپ ﷺ تو نچلی منزل میں ہیں اور ہم اوپر والی منزل پر' آپ ﷺ اوپر تشریف لے چلیے ہمارے لیے آپ کے قدموں میں سعادت ہے آپ ﷺ نے ان کی درخواست قبول فرمالی۔ حضرت ابوایوبؓ اور ان کی زوجہ اُم ایوبؓ دونوں نچلی منزل میں آگئے۔ پھر رسول اللہ ﷺ اپنے مکان میں منتقل ہوگئے آپ ﷺ کبھی کبھار حضرت ابوایوبؓ کے گھر تشریف لایا کرتے تھے دونوں میاں بیوی آپ کا پرجوش خیر مقدم کرتے جو کچھ میسر ہوتا آپ کی خدمت میں پیش کرتے ایک دن نبی کریم ﷺ بھوک کی حالت میں گھر سے نکلے راستے میں حضرت ابوبکرؓ اور حضرت عمرؓ مل گئے آپ دونوں ساتھیوں کو لے کر حضرت ابوایوبؓ کے گھر تشریف لے گئے اس وقت حضرت ابوایوب رضی اللہ تعالیٰ عنہ مکان کے ساتھ واقع اپنے کھجوروں کے باغ میں تھے ادھر گھر میں کھانے کی کوئی چیز نہیں تھی حضرت اُم ایوب رضی اللہ تعالیٰ عنہانے آپ کو خوش آمدید کہا۔

آپ ﷺ نے دریافت فرمایا: ''ابوایوبؓ کہاں ہیں؟''

ان تک آپ کی آواز پہنچ گئی لہٰذا فوراً کھجوروں کا ایک خوشہ توڑا اور گھر کی طرف دوڑ پڑے، کھجوریں آپ ﷺ کی خدمت میں پیش کیں ساتھ ہی ایک بکری ذبح کی اُم ایوبؓ نے آدھے گوشت کا سالن پکایا اور آدھے کے کباب بنائے پھر خدمت میں پیش کیا آپ ﷺ نے ایک روٹی پر کچھ گوشت رکھ کر فرمایا:

''یہ فاطمہؓ کو بھیج دو' اس پر کئی دن کا فاقہ ہے۔'' حضرت ابوایوبؓ نے حکم کی تعمیل کی ادھر آپ ﷺ نے دونوں ساتھیوں کیساتھ کھانا کھایا۔ کئی موقعوں پر اُم ایوبؓ کو آپ کی میزبانی کا موقع ملا۔ ایک بار رسول کریم ﷺ 7 ماہ تک ان کے گھر مہمان رہے۔ گویا 7 ماہ تک یہ دونوں میاں بیوی میزبان رسول ﷺ رہے۔ یہ ایک بڑا اعزاز ہے اس دوران اُم ایوب ہی آپ کا کھانا پکاتی رہیں آپ سے چند احادیث بھی روایت کی گئی ہیں۔ اُم ایوبؓ کا اصل نام تاریخ کی کتابوں میں درج نہیں' آپ اپنی کنیت اُم ایوب کے نام سے مشہور ہیں آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہمانے ہجرت نبوی ﷺ سے پہلے ہی اپنے خاوند کیساتھ اسلام قبول کیا۔ مورخوں نے آپ کی تاریخ وفات نہیں لکھی۔ اللہ تعالیٰ کی آپؓ پر بے حساب رحمتیں ہوں۔ **(فاخرہ خان' شاداب کالونی)**

خوف سے نجات: جو شخص کثرت سے یَا حَفِیْظُ کا ورد رکھے گا اور لکھ کرا اپنے پاس رکھے گا وہ انشاءاللہ ہر طرح کے خوف وخطر اور نقصان وضرر سے محفوظ رہے گا

خوبصورتی آپ کے ہاتھوں میں

محسن الفارابی، جھنگ

بشیر بن خصاصیہؓ کی زوجہ جہندمہؓ روایت کرتی ہیں میں نے رسول اکرمﷺ کو گھر سے نکلتے دیکھا وہ غسل کرکے تشریف لا رہے تھے۔ آپﷺ نے اپنے سرمبارک کو جھاڑا تو مجھے آپﷺ کے سر پر مہندی کا رنگ نظر آیا، نبی اکرمﷺ نے فرمایا تمہارے پاس مہندی موجود ہے یہ تمہارے سروں کو پرنور بناتی ہے

مہندی "Lawsonia" کا تعلق Lythraceae خاندان سے ہے۔ مہندی کا پودا اپنے سرخ رنگ اور ادویاتی خوبیوں کی وجہ سے قدیم زمانے سے خوبصورتی کیلئے استعمال ہوتا آیا ہے۔ مہندی کی تاریخ 5000 سال قبل مصر سے شروع ہوتی ہے۔ قدیم مصری اس عقیدے کے ساتھ فرعون کی ممی بناتے وقت لاش کے ہاتھوں اور ناخن پر مہندی لگاتے تھے تاکہ موت کے بعد ان کی شناخت بطور فرعون ہو سکے۔ جبکہ قدیم زمانے میں عرب کے علاقوں میں مہندی کی پتیوں سے کپڑے کو خوشبودار بنانے کے لئے رنگا جاتا ہے۔ مہندی کی بے پناہ خصوصیات کی بناء پر عرب کے بعض حوالوں میں سا سے ''سید الریحان'' یعنی خوشبودار پودوں کا سردار کہا گیا ہے۔ خاص طور پر دمشق کے باریک کپڑے مہندی سے رنگے جاتے تھے۔ مغل بادشاہوں نے پہلی بار برصغیر میں مہندی کو بارہویں صدی میں متعارف کروایا۔ اس وقت صرف ملکہ، شہزادیاں اور امیر خواتین ہی مہندی لگاتی تھیں۔ پھر دیکھتے ہی دیکھتے ہندوستان کے خاندانوں میں مہندی کا رواج عام ہو گیا اور آج بھی بھارت میں فرید آباد، ایران، افغانستان، پاکستان عرب اور افریقہ کے گرم علاقوں میں پایا جاتا ہے۔ ہمارے ہاں صوبہ پنجاب میں سب سے زیادہ مہندی بھیرہ اور میلسی جبکہ سندھ میں سب سے زیادہ مہندی نواب شاہ میں کاشت ہوتی ہے۔ مہندی سے ہاتھوں اور پیروں پر نہ صرف دیدہ زیب ڈیزائن بنائے جاتے ہیں بلکہ یہ اسلامی نقطہ نگاہ سے خواتین کیلئے کارِ ثواب بھی ہے۔

احادیث کی روشنی میں

حدیث شریف میں ہے کہ ایک مرتبہ ایک عورت کے ہاتھ حضور اکرمﷺ کو مہندی سے خالی نظر آئے تو آپﷺ نے تاکیداً فرمایا کہ عورتوں کے ہاتھ مردوں کی طرح نہیں ہونے چاہیے بلکہ ان پر مہندی لگی ہونی چاہیے چنانچہ ایک اور حدیث میں ہے کہ حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ نبی اکرمﷺ نے فرمایا کہ یہودی اور عیسائی خضاب نہیں کرتے تم ان کی مخالفت کرو (مسلم بخاری) ابو سلمہ بن عبدالرحمٰن سے روایت ہے کہ عبدالرحمٰن بن الاسود بن یغوث ان کا ہم جلیس تھا۔ ایک روز صبح آیا تو بالوں پر سرخ خضاب (مہندی) لگا ہوا تھا۔ لوگوں نے اس کی تعریف کی تو بتایا کہ ام المومنین عائشہ صدیقہؓ زوجہ النبیﷺ نے اپنی لونڈی تحیلہ کے ہاتھ قسم دیکر حکم فرمایا کہ میں اپنے بالوں کو رنگوں اور فرمایا کہ ابوبکر صدیقؓ بھی خضاب لگایا کرتے تھے (مئوطا امام مالک) بشیر بن خصاصیہؓ کی زوجہ جہندمہؓ روایت کرتی ہیں میں نے رسول اکرمﷺ کو گھر سے نکلتے دیکھا وہ غسل کرکے تشریف لا رہے تھے۔ انہوں نے اپنے سرمبارک کو جھاڑا تو مجھے آپﷺ کے سر پر مہندی کا رنگ نظر آیا۔ (ترمذی) واثلہؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی اکرمﷺ نے فرمایا تمہارے پاس مہندی موجود ہے یہ تمہارے سروں کو پرنور بناتی ہے۔ تمہارے دلوں کو پاک کرتی ہے۔ قوت باہ میں اضافہ کرتی ہے اور قبر میں تمہاری گواہ ہوگی (ابن عساکر)۔

طبی خصوصیات

1. مہندی کے پتے رات پانی میں بھگو کر صبح نچوڑ کر ان کا رس شکر ملا کر اگر چالیس دے گا۔ 2. مہندی کا لیپ لگانے سے جوڑوں کا درد، ورم اور جلن، کٹی جلد، جذام، پھوڑے اور پھنسیاں مکمل طور پر ٹھیک ہو جاتی ہیں۔ 3. جالینوس نے مہندی کا لیپ لگا کر چیچک کے مریضوں کی آنکھیں بچانے کا نسخہ بیان کیا۔ 4. ایک نسخہ کے مطابق مہندی کے پتوں کو صابن کے پانی میں حل کرکے سر پر لگائیں تو بال سیاہی مائل ہو جاتے ہیں۔ 5. مہندی کے ساتھ سنا مکی پیس کر سر پر لگانا بہترین خضاب ہے۔ 6. مہندی کا جوشاندہ جریان میں مفید ہے۔ 7. مثانہ میں گرمی اور جلن کو بھی فائدہ دیتا ہے۔ 8. مریض کے تکیہ میں اگر مہندی کے پتے بھر دیئے جائیں تو اسے جلد اور اچھی نیند آتی ہے۔ 9. مہندی کا تیل سر درد کو ٹھیک کرتا ہے۔ 10. مہندی کا تیل یا جوشاندہ کوڑھ کی ابتدائی صورت میں مفید پایا گیا ہے۔ 11. ایک حدیث مبارکہ میں ہے کہ نبی اکرمﷺ نے فرمایا بڑھاپے کو بدلنے کی بہترین ترکیب مہندی اور وسمہ ہے۔

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کی خصوصیات

جو شخص سوتے وقت اکیس مرتبہ بسم اللہ شریف پڑھ لے اللہ تعالیٰ اس کو رات بھر شیطان کے شر سے محفوظ رکھے گا

حل مشکلات

حضرت خطیب رحمتہ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ بسم اللہ کی بدولت اللہ تعالیٰ نے حضرت آدم علیہ السلام کی توبہ قبول فرمائی بسم اللہ کی برکت سے حضرت نوح علیہ السلام کی کشتی نے کوہ جودی پر قرار پکڑا بسم اللہ کے اثر سے حضرت ابراہیم علیہ السلام پر آتش نمرود گلزار بن گئی، بسم اللہ کے سبب ہی حضرت موسیٰ علیہ السلام نے فرعون پر فتح پائی، بسم اللہ کے طفیل حضرت سلیمان علیہ السلام کیلئے تمام جن و پری مطیع ہو گئے۔ بسم اللہ ہی کے پڑھنے سے حضرت عیسیٰ علیہ السلام کا دم مادرزاد اندھوں اور جذامیوں کیلئے باعث شفاء تھا۔ پھر یہی بسم اللہ آنحضرتﷺ کیلئے دین کی مدد کا سبب اور سخت دشمنوں پر بڑی بڑی فتوحات کا سبب بنی۔ اللہ تعالیٰ کا وعدہ ہے کہ جو مومن بسم اللہ پڑھ کر کام کریگا اس میں برکت دی جائیگی اور جو شخص طلب حاجب کے وقت اس کو پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کی ہر مراد پوری فرمائیں گے۔

دفع بلیات

جو شخص سوتے وقت اکیس مرتبہ بسم اللہ شریف پڑھ لے اللہ تعالیٰ اس کو رات بھر شیطان کے شر سے محفوظ اور اس کے مال کو چوروں سے مامون رکھے گا اور اس کو مرگ سفاجات اور ہر بلا سے بچائیگا۔

تذلیل ظالم

کسی ظالم کے سامنے 50 مرتبہ بسم اللہ شریف پڑھی جائے تو اللہ تعالیٰ اس کو ذلیل کر دیتا ہے۔

ہر قسم کا درد

اگر جسم کے کسی مقام پر ریحی، عصبی یا التہابی درد کسی قسم کا ہو، ایک سو مرتبہ بسم اللہ شریف پڑھ کر دم کر دیں اور اسی طرح تین دن تک دم کرتے رہو۔ اللہ کے فضل سے شفا ہو جائیگی۔

میاں بیوی کی محبت کیلئے

جو شخص پانی کے پیالے پر 786 مرتبہ بسم اللہ پڑھ کر دم کرے اور یہ پیالہ زوجین کو پلا دے تو وہ آپس میں محبت و الفت کرنے لگیں گے۔ **(صفحہ نمبر 203، 204)**

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ''کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں''نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع، آپ کا صدقہ جاریہ)

ڈاکٹر غزالہ خالد لاہور

ذکر الٰہی سے حفاظت الٰہی تک

ابھی میں چوبرجی میں اپنی والدہ کے گھر میں پہنچی تو ایک زوردار دھماکے کی آواز آئی۔ 10 منٹ بعد معلوم ہوا کہ دھماکہ ایف آئی اے کی بلڈنگ میں تھا اس دن کی تیاری میں اس بلڈنگ کے بالکل سامنے والی کوٹھی میں ڈاکٹر افضل کے گھر جانا تھا

دوانمول خزانے پڑھتے چھ سال ہوگئے ہیں حکیم صاحب نے سب سے پہلے چالیس دن تک ہی پڑھنے کیلئے بتایا اس کے بعد خزانہ نمبر 1 میں نے بہت زیادہ پڑھا۔ وضو اور بغیر وضو پڑھتی رہی مجھے اس کی برکات نظر آئیں میں نے کلینک بنایا کوئی اشتہار نہیں چلایا مگر پہلے دن اور پہلے مہینے سے لیکر ایک دن بھی مجھے پیسوں اور مریضوں کی کمی کی پریشانی نہیں ہوئی۔ اب کلینک چھوڑ چکی ہوں مگر نئے مریضوں کی آمد اور رزق کا سلسلہ شروع ہے۔

میری رہائش رائے ونڈ روڈ پر ہے میں حکیم صاحب کے منگل کے درس کیلئے ہی اپنے بچی کو سکول چھوڑ کر اپنی والدہ کے گھر آجاتی تھی۔ منگل کا دن 2008ء کا واقعہ ہے۔ میں سفر میں ذکر میں مشغول ہوجاتی ہوں یہ میرا معمول تھا چونکہ راستہ کافی لمبا ہوتا تھا جب معمول میں گھر سے اپنے شوہر کے ساتھ موٹر سائیکل پر نکلی تو فوراً ہی ذکر اور غیر متوقع طور پر مراقبہ جیسی کیفیت ہوگئی کیونکہ ایک ہفتہ ہی قبل درس میں حکیم صاحب نے مراقبہ اور آنکھیں بند کرکے اپنے دل میں جھانکیں فرمایا تھا۔ بس دوانمول خزانے ہی پڑھتے بالکل مراقبے والی کیفیت ہوگئی میں اپنے اردگرد سے بالکل بے نیاز تھی۔

اچانک میں نے پٹاخے چلنے کی آواز سنی اور جیسے نیند سے انسان جاگتا ہے میں نے اپنا چہرہ جو نیچے جھکا ہوا تھا اوپر اٹھایا تو میں نے دیکھا کہ گولیوں کی بوچھاڑ ہے۔

ہم ٹھوکر نیاز بیگ کے چوک پر پہنچ چکے تھے۔ پولیس اور ڈاکوؤں کے درمیان فائرنگ ہورہی تھی۔ دونوں پارٹیاں آزادی کیساتھ بڑی چھوٹی رائفلوں کے ساتھ فائرنگ کررہی تھیں۔ پورے چوک کی ٹریفک جام تھی۔ فقط ہماری موٹر سائیکل تھی جو رکی نہیں بہت ہلکی رفتار سے چل رہی تھی۔ میرے شوہر جو حافظ قرآن ہیں وہ بلند آواز سے قرآن پاک پڑھ رہے تھے۔ ان لمحات میں میں یہ سوچ رہی تھی کہ ابھی دائیں بائیں سے گولی لگی اور ہم گئے۔ بالکل چوک کے درمیان میں پہنچے تو ایک ڈاکو رائفل لیے بھاگ کر ہماری موٹر سائیکل کے بالکل سامنے سے آکر گزر گیا یہ کیفیت اور زیادہ خوفناک تھی۔ ڈاکوؤں کی فائرنگ سے تین لاشیں گری ہوئی تھیں۔ کینال ویو سوسائٹی کے گیٹ کو کراس کیا تو ہمارے حواس برابر ہوئے تو میں نے اپنے شوہر سے پوچھا کہ ہم کیسے بچ گئے اور آپ نے موٹر سائیکل روکی ہی نہیں جبکہ ساری ٹریفک بند تھی میرے شوہر کہتے ہیں کہ خوف سے مجھے نہیں معلوم کیسے موٹر سائیکل چلاتا رہا میں تو بس قرآن پاک ہی پڑھے جارہا تھا۔

یہ دوسرا واقعہ بھی منگل اور مارچ 2008ء کا ہے۔ میں نے اپنی سہیلی کے گھر جانا تھا سات سال کے بعد جارہی تھی لہٰذا رات سے بچوں کی اور اپنی تیار کرلی حسب معمول بچی کو صبح سکول چھوڑ کر میں اپنے شوہر کیساتھ مزنگ چونگی چوک میں پہنچی تو بس اچانک ہی میں نے اپنے شوہر سے کہا کہ چوبرجی کی طرف موٹر سائیکل موڑ لیں۔ یہ ایک غیر ارادی کیفیت تھی میں ارادے اور بچوں کو تیار کرواکر ساتھ لائی تھی۔ درمیان میں دو اور راستے ٹمپل روڈ کو جارہے تھے مگر میں نہیں مڑی۔ ابھی میں چوبرجی میں اپنی والدہ کے گھر میں پہنچی تو ایک زوردار دھماکے کی آواز آئی۔ 10 منٹ بعد معلوم ہوا کہ دھماکہ ایف آئی اے کی بلڈنگ میں تھا اس دن کی تیاری میں ہم نے اس بلڈنگ کے بالکل سامنے والی کوٹھی میں ڈاکٹر افضل کے گھر جانا تھا۔

یہ دونوں واقعات منگل' مارچ اور ربیع الاول کے مہینے کے تھے۔ ویسے تو حضرت کے سارے درس ہی بہت دلگداز ہوتے ہیں مگر ان دنوں کے درس میں اللہ کے ساتھ تعلق اور ذکرواذکار کو توجہ اور دھیان کا طریقہ بتایا تھا اور میں نے سفر کے دوران اس کا اہتمام کیا اور اس کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے میری' میرے بچوں اور شوہر کو زندگی عطا کی۔

عبقری کی طرف سے ضروری اعلان

ہر ماہ ممبر شپ ختم ہونے پر ممبر شپ کی تجدید کی غرض سے ادارہ رسالہ وی پی بھیجتا ہے اکثر لوگ وی پی وصول نہیں کرتے جس کی وجہ سے ادارہ کو نقصان ہوتا ہے۔ لہٰذا مئی 2010ء سے رسالہ وی پی نہیں کیا جائے گا۔ ممبر شپ جاری رکھنے والے مرد و خواتین سے التماس ہے کہ ممبر شپ ختم ہونے سے ایک ماہ قبل منی آرڈر ارسال کریں۔ منی آرڈر کے فارم پر اپنا خریداری نمبر ضرور لکھیں۔ **(ادارہ)**

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم واہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 7

حضرت ام سلمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ میں نے حضور صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے سنا کہ علیؓ قرآن کے ساتھ ہیں اور قرآن علیؓ کے ساتھ ہے یہ دونوں حوض کوثر تک ایک دوسرے سے جدا نہیں ہونگے۔ **(طبرانی)**

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ آقا صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تم میں پل صراط پر سب سے زیادہ ثابت قدم وہ ہوگا جو میرے اہل بیتؓ اور میرے صحابہؓ سے زیادہ محبت رکھتا ہوگا۔ **(حوالہ: ابن عدی)**

حضرت مسور بن مخرمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے ابوجہل کی لڑکی کیلئے نکاح کا پیغام دیا تو نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا کہ بے شک فاطمہؓ میرے جسم کا حصہ ہے اور مجھے یہ پسند نہیں کہ اسے تکلیف پہنچے اللہ کی قسم اللہ کے رسولؐ کی بیٹی اور اللہ کے دشمن کی بیٹی ایک شخص کے نکاح میں جمع نہیں ہوسکتیں۔ **(بخاری و مسلم)**

حضرت اسامہ بن زید رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے اور حضرت حسن کو پکڑا اور فرمایا کہ میں ان دونوں سے محبت رکھتا ہوں تو بھی ان دونوں سے محبت رکھ۔ دوسری روایت میں ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم انہیں پکڑ کر اپنی ایک ران پر بٹھا لیتے اور حضرت حسن بن علیؓ کو دوسری ران مبارک پر پھر یہ کہتے اے اللہ ان دونوں پر رحم فرما کیونکہ میں بھی ان پر مہربانی کرتا ہوں۔ **(بخاری)**

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ پیر کی صبح اپنے بیٹوں سمیت میرے پاس آنا تاکہ میں تمہارے لیے ایسی دعا کروں جو تمہیں نفع دے' چنانچہ جب ہم سب حاضر ہوئے اور حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ہم سب پر چادر اوڑھا کر ایک دعا مانگی الٰہی عباسؓ اور اس کی اولاد کی ظاہری اور باطنی مغفرت فرما تاکہ اس کا کوئی گناہ باقی نہ رہے اور انہیں ان کی اولاد میں عزت اور بلند مقام عطا فرما۔ **(ترمذی)**

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ آقا و مولیٰ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا الٰہی! میں ان دونوں (حسن و حسینؓ) سے محبت کرتا ہوں تو بھی ان سے محبت فرما۔ **(مسند احمد)**

گلے میں مچھلی کا کانٹا پھنس جائے: اگر حلق میں مچھلی کا کانٹا اٹک جائے تو لیموں کا رس پینے سے کانٹا گل کر نیچے چلا جائے گا۔ آزمودہ ہے۔

چہل قدمی کے بارے میں نیا تصور

عثمان فاروق، کراچی

پہلے یہ خیال تھا کہ ہفتے میں تین دن کم از کم بیس بیس منٹ سخت ورزش کی جائے تو صحت پر اچھا اثر پڑے گا لیکن اب یہ تصور تبدیل ہو گیا ہے اب خیال یہ ہے کہ ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹہ ورزش کی جائے لیکن سخت محنت والی ورزش کی بجائے درمیانی محنت والی

اکثر ماہرین چہل قدمی یا تیز قدمی کو بہترین ورزش قرار دیتے ہیں۔ اگر بیس منٹ میں ایک میل چل لیا جائے تو خوب ہے لیکن اس بہ ظاہر سیدھی سادی ورزش کیلئے بھی خاصی جان اور سکت کی ضرورت ہے۔ حال ہی میں ایک برطانوی ماہر نے جو ورزش سے متعلق برٹش ہارٹ فاؤنڈیشن کا مشیر بھی ہے کچھ اور اعداد و شمار شائع کیے ہیں جن کا تعلق چہل قدمی (واکنگ) کے ذیل میں مرد اور عورت کی کارکردگی کے فرق سے ہے۔ ان اعداد و شمار کے مطابق 35 سال کی عمر تک تو تقریباً سارے ہی مرد اتنا چل لیتے ہیں (یعنی بیس منٹ میں ایک میل) لیکن اس عمر میں 14 فیصد عورتیں اس کوشش میں ناکام ہو جاتی ہیں جب کہ 45 سے 54 سال کی عمر میں 40 فیصد عورتیں ایک میل کا فاصلہ بیس منٹ میں طے کرنے میں ناکام رہتی ہیں جب عورتیں 65 سال کی عمر کو پہنچتی ہیں تو ان میں سے نصف کو اس کوشش میں ناکامی ہوتی ہے۔ 74 سال کی عمر کو پہنچنے تک تو بس 20 فیصد عورتیں ایسی رہ جاتی ہیں جو اس کوشش میں کامیاب ہو سکیں۔

اب رہی مردوں کی بات تو اندازہ یہ ہے کہ ادھیڑ عمر تک جو مرد بیس منٹ میں ایک میل چل لیتے ہیں ان کی تعداد اس عمر کی عورتوں سے چار گنا تک ہوتی ہے۔ 65 سال کی عمر میں بھی ان مردوں کی تعداد جو اتنا تیز چل لیتے ہیں عورتوں سے تقریباً دگنی ہوتی ہے اگر واکنگ کے دوران تھوڑی سی بھی چڑھائی آ جائے تو بیس منٹ میں ایک میل کا ہدف حاصل کرنا اور بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ اس صورت میں ادھیڑ عمر کی 80 فیصد خواتین یہ ہدف حاصل کرنے میں ناکام ہو جاتی ہیں جبکہ 44 فیصد مردوں کو ناکامی کا سامنا ہوتا ہے۔ یہ خیال رہے کہ یہ اعداد و شمار برطانیہ یا یورپ کے مردوں اور عورتوں کے بارے میں ہیں جہاں آج کل مرد عورت دونوں میں چہل قدمی او دیگر ورزشوں کا زور ہے۔ ظاہر ہے کہ ہمارے خطے میں صورتحال مختلف ہو سکتی ہے۔

آج کل صرف ماہرین امراض قلب ہی اس بات پر زور نہیں دے رہے کہ پابندی اور باقاعدگی سے ایسی ورزش کی جائے جو زیادہ سخت نہ ہو بلکہ سرطان کے معالج بھی اس کی تاکید کر رہے ہیں کہ چھاتی اور قولوں کے سرطان اور غالباً رحم اور غدۂ مثانہ کے سرطان سے بچنے نیز وزن پر قابو رکھنے کے لیے بھی ورزش ضروری ہے۔

عالمی ادارہ صحت کا کہنا ہے کہ قولوں، گردے اور چھاتی کے سرطانوں کی کل تعداد میں سے ایک تہائی کی وجہ وزن کی زیادتی ہو سکتی ہے اور اگر لوگ جسمانی طور پر زیادہ فعال ہو جائیں تو ان سرطانوں کی وجہ سے واقع ہونیوالی اموات میں کمی آ جائے گی۔

برطانوی ماہر کے مطابق پہلے یہ خیال تھا کہ ہفتے میں تین دن کم از کم بیس بیس منٹ سخت ورزش کی جائے تو صحت پر اچھا اثر پڑے گا لیکن اب یہ تصور تبدیل ہو گیا ہے اب خیال یہ ہے کہ ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹے ورزش کی جائے لیکن سخت محنت والی ورزش کی بجائے درمیانی محنت والی۔

کئی سال قبل کچھ اعداد و شمار ایسے سامنے آئے جن سے اندازہ ہوا کہ ہفتے میں ایک دن کی سخت ورزش جیسے اسکواش کھیلنا اس سے بھی زیادہ خطرناک ہے کہ آدمی کوئی ورزش نہ کرے جو لوگ ہفتے میں دو دن سخت ورزش کرتے ہیں ان کیلئے بھی حملہ قلب اور دیگر خطرات ان لوگوں سے زیادہ ہوتے ہیں جو بالکل ورزش نہیں کرتے جو لوگ ہفتے میں تین دن سخت ورزش کرتے ہیں ان کیلئے نفع نقصان کم و بیش اتنا ہی ہوتا ہے جتنا گھر میں گھسے اور ہر وقت ٹیلی وژن کے سامنے بیٹھے رہنے والوں کیلئے۔ البتہ جو لوگ ہفتے میں تین بار سے بھی زیادہ سخت ورزش کرتے ہیں ان کی توقع عمر میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ لوگوں کو مشورہ دیا جاتا تھا کہ وہ بیس منٹ سے آدھا گھنٹے تک ہفتے میں ہر دن تیز قدمی (جوگنگ) کریں۔ یہ خیال کچھ برس پہلے کا ہے۔ اب یہ کہا جا رہا ہے کہ ہفتے میں پانچ دن آدھے گھنٹے تیز تیز چلنے کی کوشش کی جائے۔ تیز تیز چلنے یا تیز قدمی سے مراد ہے کہ سانس بس اتنا پھولے کہ بات کرنا ذرا مشکل تو ہو جائے لیکن ناممکن نہیں۔

تازہ ترین تحقیق میں چہل قدمی (واکنگ) کو نہ صرف میل اور منٹوں سے ناپا گیا ہے بلکہ یہ جائزہ بھی لیا گیا ہے کہ روزانہ کتنے قدم چلا جاتا ہے۔ مرد روزانہ اوسطاً 5569 قدم اٹھاتے یا چلتے ہیں جب کہ خواتین 6413 قدم۔ ماہرین صحت کا خیال ہے کہ مرد روزانہ دس ہزار قدم چلیں اور عورتیں اس سے کچھ کم۔ یہ اتنا ہی ہے جتنا کوئی ایک ہی وقت میں تیس منٹ چل لے تاہم ہو سکتا ہے ایک شخص جو اپنے گھر، دفتر اور باغ میں ہمیشہ ادھر سے ادھر تیزی سے چلتا پھرتا رہتا ہے اتنا ہی فاصلہ طے کر لیتا ہو اور اپنی صحت کو اتنا ہی فائدہ پہنچا لیتا ہو جتنا ایک شخص ایک ہی وقت میں دس ہزار قدم چل کر حاصل کرتا ہے۔

ایک عجیب بات یہ ہے کہ گو خواتین ورزش کے معاملے میں اتنی اچھی نہیں ہیں جتنے کہ مرد اور وہ بظاہر کم چست ہوتی ہیں لیکن عمر انہی کی لمبی ہوتی ہے تاہم یہ صورتحال بھی اب تبدیل ہو رہی ہے اور دونوں کی متوقع عمر میں جو فرق تھا وہ کم ہوتا جا رہا ہے۔

مختصر یہ کہ مرد اور عورت دونوں کو اس برطانوی ماہر کے مشورے پر عمل کرنا چاہیے جس کا اوپر ذکر آیا ہے۔ برٹش ہارٹ فاؤنڈیشن کے اس مشیر کا کہنا ہے کہ پہلے یہ خیال تھا کہ اچھی صحت کیلئے ہفتے میں تین دن کم از کم بیس بیس منٹ سخت ورزش کی جائے لیکن یہ تصور اب تبدیل ہو گیا ہے اور اب خیال یہ ہے کہ ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹہ ایسی ورزش کی جائے جو سخت نہ ہو بلکہ درمیانی محنت والی ہو۔

لیکن اگر بخار ہو، کوئی تعدیہ (انفیکشن) ہو، گلے کی خراش ہو، ایسا دمہ ہو جس پر کنٹرول نہ پایا جا سکے یا ذیابیطس ہو تو پھر مجبوری ہے۔ ایسی صورت میں احتیاط کریں۔ جو لوگ دل کی کسی بیماری میں مبتلا ہیں انہیں کسی ماہر یا معالج کے مشورے سے اپنے لیے ورزش کا پروگرام ترتیب دینا چاہیے۔

ورزش کے سلسلے میں موسم کا بھی خیال رکھیے اور احتیاط کیجئے کیونکہ بعض امراض کیلئے موسم کی خرابی کا خیال رکھنا بہت اہم ہے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 10

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

جب ہم کھانے سے فارغ ہوئے تو سب ساتھیوں یعنی بوڑھے باورچی جن عبدالسلام اور دوسرے جنات کے بڑے سردار دیو اور پریوں نے صحابی بابا سے اصرار کیا کہ آپ ہمیں ایسا واقعہ سنائیں جو واقعی انوکھا ہو پہلے تو انہوں نے انکار کیا پھر جب میں نے عرض کیا اور ان کی خدمت میں درخواست کی تو انہوں نے ایک واقعہ سنایا جو قارئین کی نذر ہے۔

کہنے لگے یہ واقعہ خلیفہ مامون الرشید کے دور کا ہے اس کی خلافت تمام براعظم ایشیاء اور عرب تک پھیلی ہوئی تھی اس کی ایک لونڈی تھی جو واقعی حسن و جمال کا ایک پیکر اور کمال تھی۔ وہ دراصل نیشاپور کے قریب ایک گاؤں جس کا نام مارض تھا وہاں کے ایک کسان کی بیٹی تھی۔ بچپن سے رنگ روپ دیکھ کر اس کی ماں اسے چھپاتی تھی اور ابھی چھوٹی ہی تھی کہ اسے گھر سے زیادہ باہر نکلنے پر پابندی لگا دی گئی تھی۔ یوں جوانی کے دن رات طے ہوتے گئے۔ گاؤں کے جوان بلکہ ہر نوجوان کی خواہش تھی کہ اس سے شادی کرے لیکن اس کے ماں اور باپ کی خواہش تھی کہ بیٹی ایسے شخص سے بیاہی جائے جو صالح ہو چاہے غریب ہی کیوں نہ ہو۔ یہ بات خلیفہ کے ایک وزیر واثق عطا جودری کے ذریعے خلیفہ تک پہنچی اب جب خلیفہ نے اس کسان کے گھر مامون رشید کی اطلاع پہنچائی تو وہ حیران ہوئے کہ ہماری اتنی کیا اوقات ہے‘ خلیفہ تو ہم سے مقام اور مرتبے میں بڑا ہے‘ آخر کار انہوں نے وہ لڑکی خلیفہ کو دے دی۔ خلیفہ نے اسے اپنے حرم کا حصہ بنا لیا اور سب لونڈیوں سے اونچا مقام دیا۔

وہ لڑکی خوش شکل تو تھی ہی‘ خوش اخلاق بھی تھی اس نے آتے ہی خلیفہ کی زندگی میں سب سے پہلی جو تبدیلی پیدا کی وہ یہ کہ خلیفہ کی زندگی غرباء مساکین اور پسے ہوئے طبقے کے لیے وقف ہو کر رہ گئی بلکہ اس سے زیادہ خلیفہ کی زندگی میں اور تبدیلی جو آئی وہ یہ تھی کہ خلیفہ نیک اعمال کی طرف متوجہ ہوا یونہی دن رات گزرتے گئے آپس کی محبت بڑھتی گئی لیکن ایک دن عجیب واقعہ ہوا کہ خلیفہ نے محسوس کیا کہ آہستہ آہستہ اس کے دل سے اپنی لونڈی کی محبت کم ہو رہی ہے خود اس لونڈی نے محسوس کیا کہ جو محبت تھی وہ شدت واقعتاً کم ہو رہی ہے اب خلیفہ مامون بھی پریشان بلکہ ایک بار تو خلیفہ اس لونڈی کو کہہ بیٹھا کہ اب تیرے حرم میں میرا دل آنے کو نہیں چاہتا بعض اوقات کھچے اور دکھی دل کے ساتھ آتا ہوں۔ کیا کروں مجبور ہو کر آتا ہوں ورنہ جو پہلے دل اور محبت کی موجوں کے ساتھ آتا تھا اب اس طرح نہیں آتا کئی ہفتے گزر گئے۔ خلیفہ کے دربار میں ایک درویش شیخ سعید بن ثابت المروزی رہتے تھے جو کہ خود بہت بڑے عامل تھے ان سے تذکرہ ہوا تو انہوں نے تین دن کی مہلت مانگی‘ 3 دن کے بعد جو انہوں نے انکشاف کیا کہ اس کے حسن و جمال کی وجہ سے ایک طاقت ور عامل جن اس لونڈی کے پیچھے پڑ گیا ہے جو اسے ہر صورت میں پانا چاہتا ہے اور اس نے کالے جادو کے ذریعے لونڈی کو آہستہ آہستہ خلیفہ سے دور اور خلیفہ کو لونڈی سے دور کرنا شروع کر دیا ہے اور عنقریب ان دونوں میں نفرت ہو جائے گی اور لونڈی کو خلیفہ اپنے حرم سے نکال دے گا۔ یوں یہ اپنے گھر واپس کسان کے پاس چلی جائے گی اور اس کالے جن کا مقصد پورا ہو جائے گا۔ اس درویش نے ایک اور بات یہ بھی کہی کہ گھریلو جھگڑوں میں سارا ہاتھ جنات کا ہوتا ہے اور ان کے کئی مقاصد ہوتے ہیں۔ ضروری نہیں ان کا مقصد عورت کو پانا ہو‘ ان کے اور بھی کئی مقاصد ہوتے ہیں اور اگر ان گھریلو جھگڑوں کا علاج کرنا ہے تو ان جنات کے دفع کرنے کا علاج کرنا بہت ضروری ہے اس کی طرف اکثر لوگ توجہ نہیں دیتے جس کی وجہ سے کام اکثر طلاقوں جھگڑوں گھریلو بے سکونی کی طرف چلا جاتا ہے۔

بالکل یہی حال خلیفہ کا ہوا اب جب خلیفہ کو یہ پتہ چلا تو وہ پریشان ہو گیا اور لونڈی نے رو رو کر اپنا برا حال کر لیا۔ خلیفہ نے درویش کو حکم دیا کہ اب اس کیس کو حل کر اور اس کالے جن کا جادو ختم کر‘ درویش نے کہا کہ اس کالے جن نے یہ عمل اکیلا نہیں کیا بلکہ اس کے ساتھ جنات کی ایک جماعت ہے جو اس کی مدد کر رہی ہے اب اس کے مستقل حل کیلئے مجھے بھی جنات کی مدد لینی پڑے گی جب تک جنات کی مدد نہ ہو گی ہرگز ہرگز مسئلہ حل نہ ہو سکے گا اب بادشاہ اور پریشان کہ اس کا کیا حل کیا جائے اس دور میں ایک درویش بصرہ میں رہتے تھے جن کا نام مالک بن عبید تھا بڑے اللہ والے تھے۔ دن رات سائلین کا ہجوم ان کے پاس رہتا تھا ہر شخص ان کے پاس سے اپنی مراد پا کر جاتا تھا‘ بہت متبع سنت اور صاحب شریعت تھے میں اس وقت ان کی محفل اور مجلس میں جایا کرتا تھا۔ خلیفہ کے درویش شیخ سعید بن ثابت ان سے ملنے آئے کہ یہ مسئلہ ہے آپ کے پاس لاتعداد جنات آتے ہیں کسی بڑے طاقت ور جن کے ذریعے یہ مسئلہ حل کرا دیں چونکہ میں اس وقت موجود تھا اس لیے انہوں نے مجھے فرمایا کہ آپ یہ کام کر دیں میں نے تعمیل حکم میں جی کہہ دیا اور کچھ دنوں کا وقت مانگا۔

اب میری کہانی سنیں کہ میں نے کس طرح اس کالے جن کا پیچھا کیا اور کس طرح اس جادو کو ختم کیا۔ سب سے پہلے میں نے درویش کو چند اعمال کی تراکیب بتائیں اور پھر اس درویش نے خلیفہ کو یہ تراکیب بتائیں یہ اعمال اور تراکیب اب تک میں نے بے شمار لوگوں کو بتائے اور کیے جس جس کو بتایا اسی کو فائدہ ہوا۔ پہلا طریقہ یہ ہے کہ اس عورت کے پرانے کپڑے لے کر چاہے ایک کپڑا ہو لیکن ہو زیادہ سے زیادہ استعمال کیا ہوا۔ اس کپڑے پر روزانہ سورۂ فلق مع تسمیہ 200 بار صبح اور سورۃ الناس 200 بار شام گھر کا کوئی فرد پڑھے لیکن توجہ خلوص اور دھیان کیساتھ اگر مریض خود پڑھے تو نفع زیادہ ہو گا ورنہ گھر کا کوئی فرد ہو باہر کا کوئی فرد یعنی رقم دے کر اگر پڑھایا تو ہرگز نفع نہ ہو گا۔ یہ عمل 90 دن کیا جائے 90 دن کے بعد اس کپڑے کو جلا کر اس کی راکھ صاف پانی میں بہا دی جائے۔ (جاری ہے)

معصوم جانور کے انوکھے مشاہدات

ام جمیلہ، سیالکوٹ

آسٹریلیا کا یہ سرخ کینگر وعجیب شان کا جانور ہے کہ جب یہ کھلے میدان میں پوری قوت سے فضا میں چھلانگ لگا تا ہوا دوڑتا ہے تو بڑا دلکش منظر دیکھنے میں آتا ہے۔ اس کی رفتار پچیس تیس میل فی گھنٹہ ہے جبکہ چیتا اتنے ہی وقت میں 75 میل طے کرلیتا ہے

آسٹریلیا میں پایا جانے والا کینگر وجس کی زندگی عجائبات سے معمور ہے کہتے ہیں اڑھائی تین سو سال پہلے ایک یورپی سیاح دنیا کے سب سے چھوٹے براعظم میں پہنچا تو اس نے ایک عجیب وغریب جانور ادھر ادھر اچھلتے کودتے دیکھا۔ وہ بہت حیران ہوا۔ ایسی ڈیل ڈول والی مخلوق اسے پہلے کہیں نظر نہیں آئی تھی۔ اس کے پیٹ کے نیچے تھیلی سی تھی جس میں سے جھانکتا بچہ اسے بہت ہی پیارا لگا۔ اس نے قریب کھڑے ایک مقامی باشندے سے اس جانور کا نام پوچھا مگر وہ شخص شاید اس کی بات نہ سمجھا اور اس نے مقامی زبان میں معذرت کرتے ہوئے کہا ''کینگر و'' (میں نہیں جانتا)۔ سیاح یہ سمجھا کہ اس نے اس عجیب الخلقت جانور کا نام ''کینگر و'' بتایا ہے۔ اس نے ڈائری میں یہ نام نوٹ کیا اور آگے بڑھ گیا۔ اس حسن اتفاق سے یہ معصوم صورت جانور دنیا بھر میں ''کینگر و'' کے نام سے مشہور ہوا۔ دنیا کی عجیب وغریب مخلوقات میں سے بعض چیزیں بڑی حیران کن خصوصیات کی حامل ہیں اور آسٹریلیا کا جانور کینگر و ان میں سرفہرست ہے۔ اس کا تعلق دنیا کے ان قدیم حیوانات سے ہے جن کی نسل تیزی سے مٹتی جارہی ہے۔ ماہرین کہتے ہیں کہ ان تھیلی دار جانوروں کے آباء واجداد جنوبی امریکہ سے انٹارکٹکا کے راستے اس دور میں آسٹریلیا آئے تھے جب یہ دوسرے براعظموں سے نہیں کٹا تھا اس وقت آسٹریلیا اور اس کے ملحقہ جزیروں میں تھیلی دار جانوروں کی بے شمار نسلیں موجود تھیں جن میں سے اب صرف چھپن باقی ہیں اور یہ بھی اس لیے بچ گئیں کہ انہیں ایک الگ تھلک براعظم میں باہر سے زیادہ ترقی یافتہ جانوروں کی آمد کا خطرہ درپیش نہ تھا۔ بعض کینگر و ایسے ہیں جن کی شکل و شباہت اور جسمانی حالت ہرن، بارہ سنگھے یا خرگوش سے ملتی جلتی ہے۔ بعض ریچھ سے مشابہ ہیں۔ کچھ کینگر و ایسے بھی ملتے ہیں جو بندروں کی طرح اونچے درختوں پر آسانی سے چڑھ جاتے ہیں۔ کوئنز لینڈ میں بکثرت بسنے والے کینگر وؤں میں سے دو اقسام بڑی دلچسپ ہیں جن کا وزن ایک پونڈ اور لمبائی فٹ سے زیادہ نہیں ہوتی اور شکل چوہوں سے ملتی جلتی ہے جبکہ سرخ کینگر و کا وزن دو سو پونڈ اور قد سات فٹ تک اونچا ہوتا ہے اور یہ میدانی علاقوں میں رہتا ہے۔

آسٹریلیا کا یہ سرخ کینگر و عجیب شان کا جانور ہے کہ جب یہ کھلے میدان میں پوری قوت سے فضاء میں چھلانگ لگا تا ہوا دوڑتا ہے تو بڑا دلکش منظر دیکھنے میں آتا ہے۔ اس کی رفتار پچیس تیس میل فی گھنٹہ ہے جبکہ چیتا اتنے ہی وقت میں 75 میل سفر طے کرلیتا ہے۔ گویا کینگر و کی رفتار چیتے کی رفتار کا ایک تہائی ہے۔ کہتے ہیں کہ کوئنز لینڈ میں پائے جانے والے کینگر وؤں کے پنجے قدرت نے اس انداز میں بنائے ہیں کہ جب وہ پتھریلی چٹانوں پر دوڑتے ہیں تو ان کے پیر، پتھروں پر اچھی طرح جم جاتے ہیں اور پھسلنے نہیں پاتے۔ اگر ان کے اندر یہ خوبی نہ ہوتی تو ان کی نسل بہت جلد ختم ہوجاتی کیونکہ بلند اور نوکیلی چٹانوں پر کودنا اور دوڑنا خطرے سے خالی نہ ہوتا۔

فطرت نے کینگر و کی ایک چھوٹی نسل ''رو'' میں یہ خوبی رکھی ہے کہ وہ سخت چارے پر بھی گزارا کرلیتا ہے جبکہ دوسرے تھیلی دار جانور اسے پسند نہیں کرتے۔ آسٹریلیا کے شمال مغربی جزیرے ''بیرو'' میں ایک سیاح نے ایسا ہی ایک کینگر و تصویریں اتارنے کیلئے پکڑا اور اس کے سامنے پھل اور سلاد سے بھرا کارڈ بورڈ کا ایک ڈبہ رکھ دیا۔ اسے دیکھ کر کینگر و کے منہ میں پانی بھر آیا اور وہ اس کی جانب لپکا۔ سیاح نے جو بڑی دلچسپی سے اس کی حرکات کا جائزہ لے رہا تھا فوراً کیمرہ کندھے سے اتارا مگر اس سے پہلے کہ وہ کینگر و اور ڈبے کی تصویریں بنا تا ڈبہ غائب ہوچکا تھا قریب جاکر دیکھنے پر معلوم ہوا کہ پھل اور سلاد تو جوں کے توں پڑے تھے جبکہ ڈبہ کینگر و صاحب چٹ کر گئے تھے۔

''بومر'' کینگر و اکیلا کبھی نہیں پھرتا بلکہ ہمیشہ اپنے گروہ کے ساتھ علی الصبح گھاس چرنے نکل کھڑا ہوتا ہے اور رات گئے لوٹتا ہے۔ گرمیوں کے دنوں میں ان کا ٹھکانہ گھنے درخت اور اونچے پودے ہوتے ہیں۔ ہاتھیوں اور گینڈوں کی طرح کینگر وؤں کے قبیلے کا بھی ایک سردار ہوتا ہے جو ان سب میں اونچا مضبوط اور زیادہ عمر رکھتا ہے۔ وہ جدھر جاتا ہے، تمام کینگر و اس کی پیروی کرتے ہوئے وہی راہ اپناتے ہیں۔

غصہ کے نقصانات

ماریہ۔ رحیم یار خان

غصہ پٹھوں کی قوت کار اور نظام کار کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ غصہ یرقان پیدا کرتا ہے۔ غصہ یرقان پیدا کرتا ہے۔ قوت مدافعت کم ہوجاتی ہے۔

ہم روزانہ اخبار میں پڑھتے ہیں کہ کسی نے غصہ کے جوش میں کسی کو زخمی کردیا یا گولی سے اڑا دیا' اس کی قیمت بھی انہیں چکانا پڑی۔ اپنی زندگی یا آزادی سے ہاتھ دھونا پڑا۔ ذرا جیلوں میں جاکر مجرموں سے پوچھیں ان میں سے کئی بدقسمت ایسے ملیں گے جنہوں نے اپنی آزادی اس وجہ سے کھودی کہ وہ غصے کا شکار ہوگئے تھے۔ کتنا مہنگا ہے یہ سودا غصے کے جوش میں آپ اپنا خیال دوسرے کے دماغ میں زبردستی ٹھونسنے کی کوشش کرتے ہیں اور نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ آپ اپنا مستقبل بگاڑ دیتے ہیں۔

غصہ پر تحقیقات کرنے والوں کے بیان کے مطابق غصہ کرنے والا شخص مندرجہ ذیل بیماریوں کی لپیٹ میں آجاتا ہے جن میں سے چند ایک درج ذیل ہیں۔

- اسے پیٹ میں السر یا گیس کی شکایت ہوجاتی ہے۔
- خون میں کولیسٹرول کی سطح بڑھ جاتی ہے۔
- غصہ یرقان پیدا کرتا ہے۔
- خون کی نالیوں میں رکاوٹ آجاتی ہے انہیں نقصان پہنچ سکتا ہے۔
- دل کی بیماری بھی پیدا ہوسکتی ہے۔
- غصے سے آنتوں پر بھی خراب اثر پہنچ سکتا ہے۔
- قوت مدافعت کم ہوجاتی ہے
- غصہ جان لیوا بھی ہوسکتا ہے۔
- غصے کی وجہ سے بیماری مادرہ اور زیادہ بڑھ جاتا ہے۔
- غصہ ہارٹ اٹیک کا سبب بن سکتا ہے۔
- اس سے سائی نس یا سر کا درد بڑھ جاتا ہے۔
- غصہ پٹھوں کی قوت کار اور نظام کار کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔
- غصہ زیادہ کرنے سے انسان قوت یادداشت کھو کر بیہوش ہوسکتا ہے۔
- غصہ سے فالج کا خطرہ بھی رہتا ہے۔
- غصہ غور وفکر کی قوت کو کم کردیتا ہے۔

آپریشن سے نجات

اللہ کے کلام کی برکت سے ڈلیوری آپریشن سے نجات پائیں ایک ہی نشست میں بیٹھ کر بغیر کسی سے بات کیے سورۂ واقعہ پڑھ کر خمیرہ گاؤزبان پر 11 مرتبہ دم کریں۔ کامل یقین کیساتھ صبح نہار منہ آدھا چمچ چھوٹا استعمال کریں۔

(ڈاکٹر محمد رشید، کوٹ عبدالمالک)

جوؤں سے نجات کیلئے: سرکہ میں پانی ملا کر سر پر اچھی طرح سے لگائیں اور کچھ دیر بعد سر دھولیں چند روز ایسا کرنے سے جوئیں مرجائیں گی۔

اس ماہ کا دکھی خط

نوبت خودکشی تک آ پہنچی

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ راز داری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

حکیم صاحب میری شادی کو 32 سال ہو گئے ہیں/میرے سات بچے ہیں، 4 بیٹیاں اور 3 بیٹے۔ 3 بیٹیوں کی شادی کر دی ہے۔ ماشاء اللہ وہ اپنے گھر میں خوش اور آباد ہیں اب ایک بیٹی اور 3 بیٹے رہتے ہیں' چھوٹی بیٹی کیلئے بھی ایک رشتہ آیا ہے دعا کریں کہ بات بن جائے۔ پہلے بھی میں نے آپ کے بتائے ہوئے وظیفے پر 90 دن عمل کیا 10 دن باقی تھے۔ بڑی بیٹی کا رشتہ آ گیا۔ دنوں میں شادی ہوگئی وہ اب انگلینڈ میں ہے۔ حکیم صاحب میں اپنے میاں کو آپ کی خدمت میں کئی دفعہ لا چکی ہوں۔ 26 سال انہوں نے بینک کی نوکری کی' 2006ء میں انہوں نے ہمیں بتائے بغیر ریٹائرمنٹ لے لی۔ انہوں نے کاروبار شروع کیا۔ اس میں اپنے ایک رشتے دار کے بیٹے کو ملازم رکھا۔ اس نے دکان میں اتنا گھاٹا ڈالا کہ میاں بیمار ہو کر گھر بیٹھ گئے۔ میری ساس نے 32 سالوں میں ایک دن بھی اپنے بیٹے کو بیٹا اور ہمیں بہو اور بچوں کو کبھی اپنا نہیں سمجھا۔ بس حکیم صاحب میری ساری زندگی انہی لڑائی جھگڑوں میں گزر گئی۔ میں نے ہمیشہ اپنے خاوند کو سمجھانے کی کوشش کی لیکن انہوں نے میری بات کی بجائے ہمیشہ باہر والے لوگوں کی بات سنی۔ حکیم صاحب میں نے خود 33 سال سکول میں نوکری کی مجھے جتنا بھی پیسہ ملا وہ بھی میرے خاوند نے بینک سے کاروبار کیلئے مجھے بتائے بغیر قرضہ لیا تھا وہ سب بھی اس میں چلا گیا اب وہ گھر میں چارپائی پر پڑے رہتے ہیں اور ہر وقت نیند کی گولیاں کھاتے رہتے ہیں اور لڑائی جھگڑا کرتے رہتے ہیں۔ اگر بیٹیاں گھر میں آ جائیں تو ان سے بھی لڑائی شروع کر دیتے ہیں۔ سب کچھ اپنی ماں کی وجہ سے کرتے ہیں۔ ساس ہمیشہ ان کو میرے اور بچوں کے خلاف بھڑکاتی رہی ہیں۔ حکیم صاحب میں چاہتی تو بہت پہلے ہی اس مرد سے علیحدگی اختیار کر چکی ہوتی لیکن میں نے اپنے ماں باپ اور بچوں کی خاطر کبھی ایسا کام نہیں کیا۔

حکیم صاحب اب تو ہمارے گھر میں آمدنی کا کوئی ذریعہ نہیں ہے۔ میرا بیٹا گریجوایٹ کر رہا ہے۔ حکیم صاحب ان سب حالات کا ذمہ دار میرا شوہر ہے اب تو وہ نہ نماز پڑھتے ہیں نہ جمعہ کی نماز نہ روزے رکھتے ہیں۔ اذان کا وقت ہوتا ہے تو وہ ٹی وی پر بیٹھ جاتے ہیں کھانا کھالیا ٹی وی گانے، فلمیں دیکھ لیں یا نیند کی گولیاں کھالیں انہیں زندگی کا اور کوئی کام نہیں۔ میں تو اب انہیں بالکل نہیں بلاتی۔ میں نہیں جانتی کہ اس بندے پر یہ کیسا زوال ہے۔ اللہ کی طرف سے اس پر بہت بڑی آزمائش ہے جس میں میں بھی بری طرح سے پس رہی ہوں۔ آپ نے اب تک جتنے بھی وظیفے دیئے میں نے بخوبی پڑھے۔ حکیم صاحب پڑھائی کر کر کے اب تو میری طبیعت بہت جلالی ہو چکی کہ پڑھائی کرنے کو بھی دل نہیں کرتا' دل کرتا ہے خودکشی کرلوں۔ ہر وقت گھر میں نحوست، بے برکتی اور کوئی رحمت نہیں ہے۔ پہلے بڑی بیٹی اپنے خاوند سے چھپ کر میری مدد کر دیتی تھی اب اس کے خاوند کو بھی پتہ چل گیا ہے اس نے اس کو بہت دھمکیاں دیں اور بہت ناراض ہوا اب وہ راستہ بھی بند ہو گیا۔ حکیم صاحب کوئی ایک مسئلہ ہو تو بتاؤں۔ میرے اپنے میکے والوں کا تو خون سفید ہو گیا ہے۔ والدہ تو 13 سال پہلے ہی فوت ہو گئی تھیں جب تک وہ تھیں کچھ بہتر تھا۔ میرے والد تو نہ ہونے کے برابر تھے۔ ان کو میرے دکھوں سے کوئی پرواہ نہیں۔ ایک بھائی ہے وہ بھی نہ (3 میں نہ 13 میں) اس نے بھی آج تک خبر نہیں لی میں کس حال میں ہوں۔ میرے میکے والے میرے گھر کے سامنے والے گھر میں رہتے ہیں گھر میں ایک بیوہ بہن، بھابھی، بھائی اور والد ہوتے ہیں جب سے میں نے اپنی 2 بیٹیوں کے رشتے کئے ہیں میرے میکے والوں نے بغیر کسی وجہ سے مجھ سے ناراضگی اختیار کر لی ہے۔ بیوہ بہن نے اپنی بیٹی کی شادی پچھلے سال کی۔ سارے محلے کو بلا لیا مجھ سگی بہن کو نہیں بلایا۔ صرف بڑی بہن اور بھابھی کے کہنے پر چھوٹی بہن نے میری بیٹی اور داماد پر الزام لگائے۔ اس وجہ سے بات خراب ہوئی۔ اللہ گواہ! نہ میری بیٹی اور داماد نے انہیں کچھ کبھی کہا اور نہ میں نے کبھی اپنی بہن بھائیوں کو برا بھلا کہا۔

حکیم صاحب میں نے ایک دن اپنی چھوٹی بہن کو فون کیا وہ اسلام آباد ہوتی ہے۔ اس نے سب کچھ الٹا کر کے بھابھی کو بتا دیا اور بات خراب ہو گئی۔ بھابھی ہماری بہت بری عورت ہے۔ اس کی اپنی اولاد تو ہے نہیں۔ بڑی بہن کی بیٹی لی ہوئی ہے۔ ہماری ماں کے ہوتے ہوئے بھی وہ ہمیشہ سب کو علیحدہ رکھتی تھی۔ وہ ہمیشہ تعویذوں اور جادو سے سب کو اپنی مٹھی میں رکھتی ہے۔ حکیم صاحب ہمارے باپ کی بہت جائیداد ہے لیکن انہوں نے ہمیں پھوٹی کوڑی تک نہیں دی۔ سب کچھ ہمارے اکلوتے بھائی جو کہ اب اکلوتا ہوا ہے کیونکہ ایک جوان بھائی نہر میں ڈوب کر فوت ہوا تھا 1995ء میں۔ اب یہی ایک بڑا بھائی رہ گیا ہے۔ ہم 6 بہنیں ہیں۔ بھابھی تو پہلے ہی چاہتی تھی سب کچھ اسے مل جائے۔ ہمارے باپ نے سب کچھ ہمارے بھائی کے نام کر دیا ہے۔ 50% جائیداد تو کر ہی دی باقی کے بارے میں کچھ کہہ نہیں سکتی۔ مجھے لوگوں سے ہی پتہ چلتا ہے۔ میرے اپنے میکے والوں نے میرے ساتھ میرے سارے سگے بہن بھائیوں نے میرے ساتھ یہ سب کچھ کیا۔ پھر وہ لوگ میرے خلاف باتیں کرتے رہتے ہیں۔ میرے بہن، بھائی مجھے یہ کہتے ہیں کہ یہ اور اس کے بچے ہم سے معافی مانگیں۔ مجھے سمجھ نہیں آئی کس چیز کی معافی مانگیں۔ میری بچیاں تو پھر بھی جھکنے کو تیار ہو جاتی ہیں لیکن میرا دل نہیں مانتا کیونکہ وہ سب ایک طرف ہیں اور میں اکیلی ایک طرف۔ حکیم صاحب میں ان سے صلح کر بھی لوں تو یہ لوگ میرے ساتھ اچھا سلوک نہیں کرینگے۔ حکیم صاحب مجھے پیسے کی اس وقت سخت ضرورت ہے۔ میرا باپ مجھے ہمارا حصہ نہیں دیتا۔ میں پائی پائی کی محتاج ہوں۔ حکیم صاحب مجھے اس کے بارے میں بتائیں کہ یہ لوگ واقعی میرے حق میں خراب ہیں۔

حکیم صاحب میری ان سب باتوں کا جواب دیں۔ ساری زندگی جھولی بھر کے آپ کو دعائیں دوں گی۔ حکیم صاحب میں زندگی سے تنگ آ چکی ہوں۔ اللہ کے اور اس کے رسولؐ کے بعد آپ ہی میرے لئے مشعلِ راہ ثابت ہو سکتے ہیں۔ میں آپ کی خدمت میں بہت دفعہ حاضر ہو چکی ہوں۔ آپ کی بتائی ہوئی دوائیاں اور آپ کے لکھے ہوئے میگزین، کتابیں ہمیشہ پڑھتی ہوں اور ہر مہینے آپ کے رسالے کا بے چینی سے انتظار کرتی ہوں جسے پڑھ کر بہت سکون ملتا ہے۔ کچھ عرصہ سے آپ کے میگزین میں دی ہوئی روحانی محفل کا بھی گھر میں تنہائی میں بیٹھ کر اہتمام کرتی ہوں جس سے دل کو بڑا سکون ملتا ہے۔

(قارئین الجھی زندگی کا سلگتا خط آپ نے پڑھا، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ اس دکھ کا مداوا کیا ہے؟)

اگر وہ شخص جس کی کوئی چیز گم ہوگئی ہو اَلْحَقُّ اَلْوَکِیْلُ ان اسمائے مبارک کا کثرت سے ورد کرے گا تو گمشدہ چیز انشاءاللہ جلد مل جائے گی۔

شہناز کوثر، شاہکوٹ

ٹوٹی ہڈیوں کا نیا علاج

فلے ڈلفیا میڈیکل سکول میں کیے گئے تجربات سے ثابت ہوگیا ہے کہ مریض کی شکستہ ہڈی کی جگہ دو الیکٹروڈز لگا کر اس میں بجلی کا کرنٹ جاری رکھنے سے ہڈیوں کے خلیات تیزی سے بڑھ کر جڑ جاتے ہیں۔

لڑکیاں بہترین کارکردگی کیلئے بھرپور ناشتہ کریں

لڑکوں کی نسبت لڑکیوں کو زیادہ بہتر اور اچھے ناشتے کی ضرورت ہوتی ہے شمالی آئر لینڈ میں صحت پر تحقیق کرنے والے ماہرین جو کہ یونیورسٹی آف السٹر میں تحقیق کررہے ہیں کا کہنا ہے کہ ایسے لڑکے جو زیادہ پیٹ بھر کر ناشتہ نہیں کرتے ان کی یادداشت اور توجہ زیادہ بہتر ہوتی ہے جب کہ لڑکیاں جو پیٹ بھر کر ناشتہ کرتی ہیں ان کی دماغی صلاحیت زیادہ ہوتی ہے۔ اس طرح ان میں کام کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔

شمالی آئر لینڈ سنٹر فار ڈائیٹ اینڈ ہیلتھ یونیورسٹی کے ڈاکٹر باربر سٹیورٹ کا کہنا ہے کہ لڑکوں کی نسبت لڑکیوں کو بھرپور ناشتہ کی ضرورت ہوتی ہے بچوں پر تحقیق کے دوران انہیں انڈے، ٹوسٹ کا ناشتہ کروایا گیا تحقیق سے ثابت ہوا ہے کہ پروٹین اور کاربوہائیڈریٹس کی مناسب مقدار بچیوں کی کارکردگی کو مزید بہتر بناتی ہیں دوسری جانب لڑکوں کا پیٹ بھر کر کھانا ان کی ذہنی کارکردگی کو متاثر کرتا ہے اس تحقیق کو روم اور یورپ میں نیوٹریشن کانفرنس میں بھی پیش کیا گیا ہے۔

نیند کا راز پیر میں

جن لوگوں کو نیند کم آنے کی شکایت ہے وہ اس نعمت کے حصول کیلئے ہزاروں طریقے آزماتے ہیں۔ کوئی گرم مشروب پیتا ہے تو کوئی نیند کی گولیاں کھاتا ہے۔ امریکی خلانورد خلائی شٹل میں گئے تو انہیں میلاٹونن (Melantonin) نامی قدرتی ہارمون کی خوراکیں کھلائی گئیں، کیونکہ اس کے بارے میں مشہور ہے کہ یہ خواب آور ہے۔ بعد میں معلوم ہوا کہ انہیں میلاٹونن کھا کر بھی اتنی ہی نیند آتی تھی جتنی کہ یہ ہارمون کھائے بغیر۔ اب سوئزر لینڈ کی ایک تحقیقی جماعت نے ایک دلچسپ اور سیدھا سادا طریقہ تجویز کیا ہے۔ ان محققین کا کہنا ہے کہ جاڑوں میں بس اپنے ہاتھ پیر گرم رکھیے اور مزے سے سوئیے۔ اپنے ہاتھوں پیروں کو گرم کرنے کیلئے بستر میں موزے اور گرم پانی کی بوتل استعمال کریں، کیونکہ ہاتھ اور پیر کا درجۂ حرارت عام طور سے جسم کے درجۂ حرارت کے برابر آجاتا ہے۔ یہ تبدیلی ہاتھ پیر میں شریانوں کے پھیلنے کی وجہ سے واقع ہوتی ہے۔ جس کی وجہ سے خون کی روانی اور درجۂ حرارت میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

ٹوٹی ہڈیوں کا نیا علاج

اب یہ ضروری نہیں کہ جو ٹوٹی ہڈیاں پلستر کے باوجود جڑ نہ رہیں ہوں انہیں آپریشن کے ذریعے سے ٹھیک کیا جائے۔ فلے ڈلفیا میڈیکل سکول میں کیے گئے تجربات سے ثابت ہوگیا ہے کہ مریض کی شکستہ ہڈی کی جگہ دو الیکٹروڈز لگا کر اس میں بجلی کا کرنٹ جاری رکھنے سے ہڈیوں کے خلیات تیزی سے بڑھ کر جڑ جاتے ہیں۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ مریض روزانہ 9 وولٹ کی بیٹری بدلے اور الیکٹروڈز (برقی گیروں) پر جیل (لعابی مرکب) لگاتا رہے بیٹری سے نکلنے والی برقی طاقت اس طرح متاثرہ ہڈی میں پہنچتی رہتی ہے اور جلد اس برقی تحریک سے جڑ جاتی ہے۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔

سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَافَتَّاحُ یَا وَاسِعُ کاورد اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اس کے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

ماہ اکتوبر کے شمارے میں یاباری کا مراقبہ تھا۔ میری بڑی بہن بہاولپور سے آئیں تھیں۔ انہوں نے بتایا کہ میں نے یاباری کا مراقبہ کیا تو خواب میں دیکھا کہ بہت بڑا درخت ہے اس پر نور کی روشنی ہر پتے سے نمودار ہورہی ہے اور میں اس درخت کے نیچے بیٹھ جاتی ہوں تو وہ روشنی بارش کی طرح ہر پتے سے مجھ پر گررہی ہے۔ خواب سنا تو مجھے خوشی ہوئی اور میں نے بھی ارادہ کیا رات کو میں ضرور مراقبہ کروں گی۔ میں نے عشاء کی نماز کے بعد بستر پر بیٹھ کر یاباری کا مراقبہ کیا اور سوگئی خواب میں دیکھا ایک کمرہ ہے بہت روشن ہے اس میں دیکھا سفید کپڑوں میں ملبوس دو بزرگ ہیں۔ میں ان کے پاس جاکر بیٹھ گئی ان میں ایک بزرگ جو عمر میں دوسرے بزرگ سے بڑے تھے۔ انہوں نے میرے (باقی صفحہ 45 پر)

دیوان سنگھ مفتون

عادت کا قوت ارادی پر اثر

ایڈیٹر ہفت روزہ ریاست دہلی (تقسیم ہند سے قبل) دیوان سنگھ مفتون برصغیر کا ایک مشہور اور انقلابی نام ہے۔ انہوں نے جیل میں زندگی کے جو سچے مشاہدات اور تجربات بیان کیے وہ قارئین کی نذر ہیں۔ آپ بھی اپنے تجربات لکھئے۔

میں لاہور کے ایک روزانہ اخبار میں سب ایڈیٹر تھا۔ اس زمانہ میں میرے پاس ایک دوسرے سکھ جرنلسٹ آیا کرتے تھے۔ ان کی تعلیم بی اے تک تھی۔ اچھے خاندان سے تھے مگر کثرت سے شراب پینے کے باعث ان کا ضمیر اور ان کی قوت ارادی بالکل مردہ ہو چکی تھی شراب حاصل کرنے کے لئے کوئی کام ایسا نہ تھا جس پر یہ آمادہ نہ ہو سکتے ہوں انہوں نے بتایا کہ یہ بیحد تکلیف میں ہیں۔ کوئی شخص ان کا اعتبار نہیں کرتا۔ دوستوں کی نظروں میں گر چکے ہیں۔ گھر والوں کے لئے بوجھ ہیں اور معمولی اخراجات بھی پورے نہیں کر سکتے ان کو کیا کرنا چاہئے۔ ان کے حالات پر میں کئی روز ہمدردی کے ساتھ غور کرتا رہا مگر میری سمجھ میں نہ آتا تھا کہ کیا کرنا چاہئے۔ ادھر ان کی حالت یہ تھی کہ کھانے کے لئے روٹی نہ ملے مگر شراب ضرور ہو۔ دوستوں سے ایک ایک دو دو روپیہ قرض لیکر شراب کی طلب کو پورا کرتے۔

میری عمر جب اٹھارہ انیس برس کی تھی اور میری فیروز پور کے سکھوں کے حلقہ میں آمدورفت تھی تو ایک حد تک میرے دماغ میں بھی مذہبی دیوانگی تھی اور میں بغیر سکھوں کے دوسرے تمام مذاہب کو برا سمجھتا تھا حالانکہ نہ سکھ ازم سے واقفیت تھی نہ اسلام سے اور نہ ہندو ازم سے۔ یہ اثر صرف صحبت کا تھا۔ یہ صاحب لاہور میں آیا کرتے تو اس وقت میں ذہنی اعتبار سے ہندوؤں، مسلمانوں، عیسائیوں اور سکھوں میں کوئی فرق نہ سمجھتا تھا۔ میں نے ان سے کہا کہ گو آپ کی بیماری حد سے گزر چکی ہے اور جو شخص قوت ارادی سے اس قدر محروم ہو چکا ہو اس کی اصلاح قریب قریب ناممکن ہے مگر پھر بھی کوشش کرنی چاہئے۔ میرے خیال میں سکھوں میں کوئی ایسی سوسائٹی موجود نہیں جو آپ جیسے گئے گزرے شخص کی اصلاح کا بوجھ اٹھا سکے۔ میری تو رائے ہے کہ آپ عیسائی ہو جائیے۔ ممکن ہے کہ پادری لوگ آپ کی اصلاح کر سکیں اور آپ کی زندگی بدل جائے۔ میرے منہ سے یہ الفاظ سن کر یہ صاحب حیران ہوئے کہ میں کیا کہہ رہا ہوں۔ میں نے ان کو یقین دلایا کہ میں جو کچھ کہہ رہا ہوں سنجیدگی اور ایمانداری کے ساتھ اپنی رائے دے رہا ہوں۔

میری رائے سن کر یہ چلے گئے اور تین چار روز کے بعد پھر واپس آئے تو پھر اسی مسئلہ پر بات چیت ہوئی۔ میں نے ان سے صاف کہا کہ آپ کی بیماری غالباً لاعلاج حد تک پہنچ چکی ہے اور اب آپ کی شاید ہی اصلاح ہو سکے اور اگر اصلاح ہوئی بھی تو آپ کو قوت ارادی پیدا کرنے کے لئے اپنے دل و دماغ کے ساتھ بہت ہی کشمکش کرنی پڑے گی۔ آپ سوچ لیجئے کہ کیا کرنا چاہئے۔ کچھ دیر باتیں کرنے کے بعد انہوں نے محسوس کیا اور چاہا کہ یہ عیسائی ہو جائیں۔ انہوں نے خواہش ظاہر کی کہ میں ان کے عیسائی مذہب تبدیل کرنے کا انتظام کروں مگر میں کسی کو نہ جانتا تھا نہ عیسائیوں کے حلقہ سے واقفیت تھی۔ انہوں نے پھر زور دیا کہ میں انتظام کروں کیونکہ یہ اس معاملہ میں کچھ شرم سی محسوس کرتے تھے۔ میں عیسائیوں کے حلقہ سے بالکل ناآشنا تھا مگر اخبارات میں ڈاکٹر دتہ پروفیسر فورمین کرسچین کالج کا نام کئی بار پڑھا تھا۔ میں نے اس جرنلسٹ کو اپنے ساتھ لیا اور ہم ڈاکٹر دتہ کے مکان کی تلاش میں نکلے۔ ایک دو جگہ سے دریافت کرنے پر معلوم ہوا کہ آپ اس سڑک پر رہتے ہیں جو سڑک نیلا گنبد سے میو ہسپتال کو جاتی ہے۔ ہم لوگ تلاش کرتے کرتے ڈاکٹر دتہ کی کوٹھی پر پہنچے۔ شام کا وقت تھا اور ڈاکٹر دتہ برآمدے میں بیٹھے تھے۔ کوٹھی کے باہر کے دروازہ کے پاس ان کا ملازم تھا۔ اس ملازم کو میں نے اپنا وزیٹنگ کارڈ دیا جس پر لکھا تھا ''دیوان سنگھ سب ایڈیٹر روزنامہ اخبار فلاں'' میرا کارڈ جب ڈاکٹر دتہ کے پاس گیا تو انہوں نے بلالیا۔ ہم برآمدہ میں ڈاکٹر صاحب کے پاس پہنچے۔ ڈاکٹر صاحب بہت اعزاز و اکرام سے ملے۔ جرنلسٹ ہونے کا ایک بہت بڑا فائدہ یہ بھی ہے کہ کوئی شخص ملنے سے انکار نہیں کرتا اور ملتے ہوئے ہر شخص عزت کے ساتھ پیش آتا ہے۔ ہم لوگ جب بیٹھے تو خیر خیریت دریافت کرنے کے تبادلہ کے بعد میں نے کہا کہ ڈاکٹر صاحب میں ان صاحب کو لایا ہوں۔ آپ سے کوئی بات چھپانا نہیں چاہتا۔ یہ صاحب سکھ ہیں۔ بی اے ہیں۔ جرنلسٹ ہیں۔ بڑے خاندان سے تعلق رکھتے ہیں مگر شراب پیتے ہیں۔ رنڈی بازی کرتے ہیں۔ سگریٹ کے کش لگاتے ہیں۔ قمار بازی بھی کبھی کبھی تفریحاً کر لیتے ہیں۔ فاقہ کش ہیں۔ ان کا ضمیر اور قوت ارادی بالکل مردہ ہو چکے ہیں۔ یہ عیسائی ہونا چاہتے ہیں۔ ان کو عیسائی کر لیجئے شاید ان کی اصلاح ہو جائے۔ ڈاکٹر دتہ میرے یہ الفاظ سن کر حیران سے ہو گئے کہ ایک سکھ دوسرے سکھ کو عیسائی کرنے کے لئے لایا ہے۔ ڈاکٹر دتہ نے سمجھا کہ یہ شخص یا تو مذاق کر رہا ہے یا کوئی دھوکا یا فریب ہے۔ آپ نے جواب دیا کہ آپ سکھ ہیں اور ایک سکھ کو عیسائی کرنے کے لئے لائے ہیں معاملہ کیا ہے۔ میں نے پھر سنجیدگی کے ساتھ عرض کیا کہ جو عیوب میں نے بتائے ہیں فی الحقیقت وہ ان میں موجود ہیں میں آپ کو تاریکی میں رکھنا مناسب نہیں سمجھتا تاکہ بعد میں آپ کو علم ہو تو ہمیں شرمندہ نہ ہونا پڑے۔ یہ صاحب میرے پاس آئے تھے کہ ان کو موجودہ قابل نفرت زندگی کے بدلنے کے لئے کیا کرنا چاہئے۔ میں نے ان کو ایمانداری کے ساتھ رائے دی کہ عیسائی ہو جاؤ۔ شاید عیسائیوں کے پادریوں کی نیکی کا ان پر اثر ہو اور ان کی زندگی بدل سکے۔ ہم تھوڑی دیر باتیں کرتے رہے اس کے بعد ڈاکٹر صاحب نے کہا کہ ہم لوگ پھر کسی روز ان سے ملیں۔ میں نے کہا کہ میرا کام تو ختم ہو چکا۔ اب مجھے آپ کے ہاں آنے کی ضرورت نہیں اب یہ سردار صاحب خود ہی آئینگے۔

ڈاکٹر صاحب نے ان کو دوسرے یورپین پادری کے پاس منصوری پہاڑ پر بھیجا۔ یہ منصوری میں پادری صاحب کے گھر پر غالباً دو ماہ رہے۔ ایک روز پادری صاحب نے صبح دیکھا کہ سردار صاحب کے کمرہ میں شراب کی خالی بوتل پڑی ہے۔ پادری نے ان کو بہت ملامت کی۔ اس کے بعد ایک رات پادری صاحب کے اس کمرہ میں شور پیدا ہوا جہاں کہ ان کی نوجوان لڑکیاں سوئی ہوئی تھیں۔ پادری صاحب اس کمرہ میں پہنچے تو دیکھا کہ سردار صاحب شراب میں بدمست شرمندہ حالت میں کھڑے ہیں اور پادری صاحب کی نیک دل لڑکیاں ان کو برا بھلا کہہ رہی ہیں۔ صبح پادری صاحب نے ان کو لاہور کا کرایہ دیا اور واپس کر دیا جس کا مطلب یہ تھا کہ حضرت یسوع مسیح کی تعلیم کا بھی آپ جیسے پختہ ارادہ کے نوجوان پر کوئی اثر نہیں ہو سکتا۔ لاہور آنے کے بعد ان کی وہی کیفیت تھی جو لاہور سے منٹگمری جانے سے پہلے تھی۔

میرا جیلوں کا اور جیلوں سے باہر کا تجربہ ہے کہ جب انسان کو چوری، شراب، ڈاکہ، دھوکہ بازی یا کسی قسم کی عادت پڑ جائے تو یہ عادت فطرت کا ایک حصہ بن جاتی ہے۔ اس عادت کا جانا بے حد مشکل ہے اور وقت طلب ہے اور اس میں اگر تبدیلی ممکن ہے تو کئی برس تک مسلسل دن رات اپنے ذہن کے ساتھ جنگ کرنے کے بعد اور وہ بھی اگر انسان کی قسمت اچھی ہو۔

جونکیں لگوائیں، آرام پائیں

ابن صحرا، راولپنڈی

جونک کتنی کارآمد چیز ہے۔انہوں نے جونک کے ایک نئے استعمال کا تجربہ کیا ہے۔ہاتھ یا پاؤں کی انگلی جسم سے کٹ کر الگ ہوجائے تو اسے جسم کے ساتھ جوڑ دیتے ہیں،خون چوس کر خون کا دباؤ یا بہاؤ کنٹرول کرلیتی ہیں چند دنوں میں خون کا دباؤ نارمل ہوجاتا ہے

زیادہ عرصہ نہیں گزرا جب گلی میں ایک عورت کی آواز آتی تھی ’’جونکیں لگواؤ جونکیں‘‘ اس عورت کے پاس مٹی کی ڈولی ہوتی تھی جس میں پانی ہوتا تھا اور پانی میں موٹی موٹی جونکیں تیر رہی ہوتی تھیں۔ ایسی عورتیں شہروں اور قصبوں میں گھومتی پھرتی اور صدائیں لگاتی تھیں اور دیہات میں بھی آج کل جونکیں لگوانے والی کوئی عورت شاید نظر آتی ہوگی

جونک پانی کا ایک کیڑا ہے جو آدمی کے انگوٹھے جتنا لمبا اور انگوٹھے جتنا ہی موٹا ہوتا ہے۔ یہ گول ہوتا ہے۔آگے اور پیچھے سے نوکدار۔اس کا رنگ گہرا سرخ یا سیاہی مائل سرخ ہوتا ہے۔ یہ جانوروں اور انسانوں کا خون چوستا ہے۔خون ہی اس کی غذا ہے۔ دیہات میں بھینسیں رکے ہوئے گدلے پانی کے جوہڑ میں بیٹھ جاتی ہیں۔ وہ باہر آتی ہیں تو کسی نہ کسی بھینس کے جسم کے کسی حصے پر ایک جونک چپکی ہوئی ہوتی ہے۔ یہ بڑے مزے سے خون چوس رہی ہوتی ہے۔اسے الگ کرنا خاصا مشکل ہوتا ہے۔ یہ ہاتھ سے کھینچ کر نہیں اتاری جاسکتی۔اس کا پیٹ بھر جاتا ہے تو خود ہی الگ ہوجاتی ہے۔ ورنہ جلتی ہوئی دیا سلائی اس کے جسم کے ساتھ لگاؤ تو الگ ہوتی ہے۔

آج سے پچاس سال پہلے تک یہ جونکیں لوگ اپنے جسم کے ساتھ خود لگوایا کرتے تھے۔ یعنی انہیں اپنا خون پلایا کرتے تھے۔۔ جونکیں لگانا ذریعہ معاش تھا۔ چونکہ عورتیں بھی جونکیں لگواتی تھیں اس لئے یہ کام عورتیں کیا کرتی تھیں۔ یہ عورتوں کا پیشہ تھا‘ ڈولی میں بہت سی جونکیں اٹھائے پھرتیں اور صدا لگاتی تھیں جونکیں لگواؤ۔ مریض یا مریضہ کی کسی رگ پر یہ عورتیں ایک جونک کا منہ رکھ دیتیں اور جونک خون چوسنا شروع کردیتی تھی اور بہت دیر تک خون چوستی رہتی تھی۔

زیادہ وہ لوگ جونکیں لگواتے تھے جنہیں جسم پر خارش ہوتی رہتی تھی یا پھوڑے پھنسیاں نکلتے رہتے تھے۔ کہتے ہیں کہ جونکیں فاسد خون چوس لیتی ہیں۔ سر درد‘ جوڑوں میں درد اور دو چار اور امراض کے علاج کیلئے خون جونکوں کو پلا دیا جاتا تھا تین ساڑھے تین سو سال پہلے تک ترقی یافتہ ملکوں میں بھی مریض جونکیں لگوایا کرتے تھے۔اسے ہائی بلڈ پریشر کا تیر بہدف علاج سمجھا جاتا تھا۔ اب جبکہ میڈیکل سائنس معجزے دکھانے لگی ہے‘ جونکیں پھر واپس آ گئی ہیں۔ یہ کسی پسماندہ ملک میں واپس نہیں آئیں بلکہ امریکہ‘ فرانس اور برطانیہ میں واپس آئی ہیں۔ انہیں میڈیکل سائنس میں واپس لانے والوں میں امریکہ کا ایک بائیالوجسٹ رائے سائر ہے۔ اس نے برطانیہ میں جونکوں کا ایک فارم بنا رکھا ہے۔ وہ دوسرے ملکوں کے ہسپتالوں اور ریسرچ لیبارٹریوں کو جونکیں سپلائی کرتا ہے۔ اس بائیالوجسٹ نے اور ان ڈاکٹروں نے بھی جنہوں نے جونکوں کو گذشتہ تین برسوں سے علاج معالجے میں قدیم دور کی طرح استعمال کرنا شروع کر دیا ہے۔ تحقیقات اور تجربات کے بعد بتایا ہے کہ جونک کتنی کارآمد چیز ہے۔انہوں نے جونک کے ایک نئے استعمال کا تجربہ کیا ہے۔ ہاتھ یا پاؤں کی انگلی‘ ناک یا کان جسم سے کٹ کر الگ ہوجائے تو اسے جسم کے ساتھ جوڑ دیتے ہیں یہ کام مائیکرو سرجری سے ہوتا ہے۔ جب کٹا ہوا عضو جسم کے ساتھ جوڑا جاتا ہے تو اس کی باریک نسوں میں خون آ جاتا ہے۔ یکلخت خون آ جانے سے رگوں میں اکٹھا ہوجاتا ہے۔ اس کے نتیجے میں سرجری ناکام ہوجاتی ہے۔ اس کا علاج اب یہ کیا جارہا ہے کہ جوڑ کے قریب ایک دو جونکیں لگا دی جاتی ہیں جو خون چوس کر خون کا دباؤ یا بہاؤ کنٹرول کرلیتی ہیں چند دنوں میں مریض کے خون کا دباؤ نارمل ہو جاتا ہے۔ Blood Clotting ایک بیماری ہے۔ جس میں کہیں خون جم جاتا ہے۔ اسے آپریشن سے نکال کر خون کا راستہ صاف کیا جاتا ہے۔ ڈاکٹروں نے آپریشن کی بجائے جونکیں استعمال کرنی شروع کر دی ہیں۔ جسم میں جہاں کہیں خون جم جاتا ہے۔ وہاں ایک دو جونکیں لگا دی جاتی ہیں جو خون چوسنے لگتی ہیں وہ رکا ہوا خون پی لیتی ہیں۔ جونک کو جب جسم سے ہٹایا جاتا ہے تو خون بہنے لگتا ہے۔ اس سے خون کی رکاوٹ مکمل طور پر ختم ہونے میں مدد ملتی ہے۔ عجیب بات ہے کہ انسان ذرا سا بھی درد محسوس نہیں کرتا۔ ڈاکٹروں نے تحقیقات کے بعد کہا ہے کہ جونک کے منہ سے ایسا مواد نکلتا ہے (بقیہ: صفحہ نمبر 45 پر)

درود پڑھیں' آرام پائیں

یہ درود شریف خیر و برکت کے لئے بہت اکسیر ہے۔ لہٰذا جو شخص چاہے کہ اس کے گھر بار، کاروبار اور مال و دولت میں خیر و برکت ہو اور اولاد پر اللہ کی رحمت ہو تو اسے چاہئے کہ بعد نماز فجر روزانہ اس درود پاک کو گیارہ مرتبہ پڑھے۔

جملہ امراض سے نجات کیلئے

اگر کسی شدید قسم کی بیماری میں مبتلا مریض کے سرہانے اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی اکرمؐ کے واسطہ سے اللہ تعالیٰ سے اسکی بیماری کی صحت یابی کے لئے اللہ سے انتہائی عاجزی سے دعا کریں تو اللہ بحُرمت رسول اکرمؐ دعا قبول فرمائیں گے۔

اگر کوئی اس درود پاک کا ورد ہر نماز کے بعد رکھے گا وہ ذلت سے نکل کر عظمت میں آجائے گا۔ اگر کسی حاکم یا کسی افسر کے پاس جائے گا تو وہ عزت کرے گا۔ درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی حَبِیْبِکَ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ (گلدستہ درود شریف ص 164)

کاروبار میں برکت کیلئے

حل مشکلات، کاروبار میں برکت، حاکم کے پاس عزت اور ذہنی پریشانی کے لئے اکسیر اعظم ہے۔

یہ درود شریف خیر و برکت کے لئے بہت اکسیر ہے۔ لہٰذا جو شخص چاہے کہ اس کے گھر بار، کاروبار اور مال و دولت میں خیر و برکت ہو اور اولاد پر اللہ کی رحمت ہو تو اسے چاہئے کہ بعد نماز فجر روزانہ اس درود پاک کو گیارہ مرتبہ پڑھے۔

جو شخص سوتے وقت 100 مرتبہ یہ درود شریف پڑھے اللہ تعالیٰ اس کے مال و جان کو ہمیشہ حفاظت میں رکھے گا اور جو ادائے قرض کی نیت سے گیارہ دن تک روزانہ بعد نماز عشاء 313 مرتبہ پڑھے بہت جلد قرضے سے انشاءاللہ نجات پائیگا۔

اگر کوئی شخص کسی ذہنی پریشانی میں مبتلا ہو تو اسے چاہئے کہ سات دن تک بعد نماز عشاء اسے 111 مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ ذہنی پریشانی فوراً ختم ہو جائے گی۔

اگر کوئی شخص اس درود پاک کو 100 مرتبہ پڑھ کر کسی کام کے لئے کسی حاکم کے پاس جائے گا تو وہ مہربان ہو جائے گا۔

یہ درود شریف حل مشکلات، دفع رنج والم اور دفع مرض کے لئے بہت موثر ہے۔ 92 یا 121 یا 313 مرتبہ تین ہفتہ یا چالیس روز تک وقت معینہ میں پڑھے۔ درود پاک یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ اجْعَلْ صَلَوَاتِکَ وَبَرَکَاتِکَ وَرَحْمَتِکَ عَلٰی سَیِّدِ الْمُرْسَلِیْنَ وَاِمَامَ الْمُتَّقِیْنَ وَخَاتَمَ النَّبِیِّیْنَ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَرَسُوْلِکَ اِمَامَ الْخَیْرِ وَقَائِدَالْخَیْرِ وَرَسُوْلَ الرَّحْمَۃ (خزینہ درود شریف ص

کشائش رزق اور تسخیر خلائق کیلئے

رزق کی فراوانی اور لوگوں کو اپنا مطیع بنانے کیلئے یہ درود شریف اکسیر اعظم ہے۔ اسے بعد نماز از عشاء ایک معین مقدار پر ہر روز پڑھنا چاہیے۔ درود مکرم یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ ن الَّذِیْ ھُوَاَبْھٰی مِنَ الْقَمَرِ التَّامِّ وَاَکْرَمِ مِنَ السَّحَابِ الْمُرْسَلَۃِ وَالْبَحْرِ الْخِطَمِ.

میاں بیوی میں محبت پیدا کرنے کیلئے

حضرت شیخ عبدالحق محدث دہلوی رحمتہ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ یہ درود شریف مٹھائی پر پڑھ کر میاں بیوی کو کھلا دی جائے تو ان کے دل صاف ہو جاتے ہیں اور ان کی محبت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ درود شریف سے پہلے یہ آیت کریمہ تیس بار پڑھیں:۔

لَقَدْ جَاءَ کُمْ رَسُوْلٌ مِنْ اَنْفُسِکُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْہِ مَاعَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْکُمْ بِالْمُوْمِنِیْنَ رَؤُفٌ الرَّحِیْم ط

پھر اس درود شریف کو سو مرتبہ پڑھیں

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ کَمَاتُحِبُّ وَتَرْضٰی.

افلاس وتنگدستی سے نجات کیلئے

ایک شخص رسول اللہؐ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کی یارسول اللہؐ میں بہت غریب ہو گیا ہوں۔ آپؐ نے فرمایا صبح طلوع فجر کے وقت اس دعا کو پڑھو "سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ وَبِحَمْدِہٖ اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ" دنیا ذلیل و پست ہو کر تیرے پاس آئے گی کچھ عرصہ بعد دوبارہ حاضر ہوا اور عرض کی یارسول اللہؐ! میرے پاس دولت دنیا اتنی زیادہ آگئی ہے کہ مجھے سمجھ میں نہیں آتا کہ کہاں رکھوں۔ (رفعت خانم' فیصل آباد)

(بقیہ جونکیں لگوائیں، آرام پائیں)

جو انسان کے جسم کی اس جگہ کو سن اور بے حس کر دیتا ہے جہاں وہ منہ ڈالتی ہے۔ دل کے بعض امراض میں بھی جونک نہایت مفید کام کر رہی ہے۔ دل کو خون سپلائی کرنے والی نالیوں میں خون کو رواں کرنے میں جونک کی خدمات قابلِ تحسین ہیں۔ جونک کے منہ سے جو مادہ خارج ہوتا رہتا ہے وہ خون کی روانی میں ممد و معاون ثابت ہوتا ہے۔ رائے سائر کہتا ہے کہ Cardiovascular مرض میں جونک اتنی مفید ہے جتنی اینٹی بائیوٹک دوائی انفیکشن کیلئے۔

رائے سائر نے بتایا کہ دنیا میں جونکوں کی بہت سی قسمیں ہیں۔ ایک جونک ایک وقت میں ایک سو پچاس کے لگ بھگ بچے پیدا کرتی ہے۔ چھ مہینوں میں بچے پوری جونکیں بن جاتے ہیں۔ ایک جونک بیس منٹ تک خون چوستی رہتی ہے۔ بیس منٹوں میں وہ ایک اونس خون چوس لیتی ہے یعنی اپنے وزن سے پانچ گنا زیادہ وزنی خون اپنے اندر ڈال لیتی ہے۔ پھر وہ پورا ایک سال نہ خون چوستی ہے نہ کچھ اور کھاتی پیتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ جو جونک ایک بار کسی انسان کو لگائی جاتی ہے وہ اگر پیٹ بھر لے تو ایک سال کیلئے بیکار ہو جاتی ہے۔ اسے الگ پانی میں چھوڑ دیا جاتا ہے اور بھوکی جونکوں کو استعمال کیا جاتا ہے۔ ابھی جونکوں پر تجربے ہو رہے ہیں اور کئی امراض کیلئے ان کے فوائد دریافت ہو رہے ہیں۔ وثوق سے کہا جا سکتا ہے کہ اب جونکیں واپس جانے کیلئے نہیں آئیں۔

(بقیہ: محفل درس سے پانے والے)

سے گھریلو مسائل میں سخت پریشانیوں کی وجہ سے تقریباً 4,3 لاکھ کا مقروض ہو گیا تھا اور قرضے کی ادائیگی کے کوئی امکانات نظر نہیں آرہے تھے۔ محفل درس میں شرکت کی برکت سے جہاں مجھے روحانی ترقی نصیب ہوئی اس کے ساتھ ساتھ قرض کی ادائیگی کے ایسے غیبی اسباب پیدا ہوئے کہ تمام قرضے ادا ہو گئے اور گھریلو سکون بھی نصیب ہوا۔ اللہ سے دعا ہے وہ ہمیں اس محفل کی قدر اور باقاعدگی سے شرکت پر استقامت نصیب فرمائے۔

(سلیمان زاہد۔ لاہور)

(بقیہ: مراقبے سے فیض پانے والے)

سر پر ہاتھ پھیرا اور میری پیشانی پکڑ کر کچھ پڑھا اور پھر پھونک ماری۔ ایسا لگتا تھا جیسے وہ بزرگ مجھ پر دم کر رہے ہیں۔ میں بیمار رہتی ہوں۔ اس رات بھی میری کافی طبیعت خراب تھی لیکن جب صبح سو کر اٹھی تو ایسا لگتا تھا جیسے کوئی تکلیف نہیں ہے۔ دل اندر سے خوشی محسوس کر رہا تھا۔ دوسرے رات پھر یَابَارِئُ کا مراقبہ کیا تو دیکھا کہ بہت روشن کمرہ ہے۔ سامنے تین دروازوں والی کھڑکی ہے۔ اس کے اوپر شیلف میں بہت سی کتابیں دو رجسٹر رکھے ہوئے ہیں۔ میں سوچ رہی ہوں کہ ان سب کو اٹھا کر دوسری طرف رکھ دوں تا کہ کھڑکی کھول دوں ابھی سوچ رہی تھی اچانک نظر اٹھا کر دیکھتی ہوں کہ تمام دینی کتابیں دوسری طرف شیلف پر رکھی ہوئی ہیں۔ ایک بڑا رجسٹر میں زمین پر لے کر بیٹھی ہوں۔ دونوں بزرگ میرے ساتھ بیٹھے ہیں۔ میں ان کو نسخے پڑھ پڑھ بتا رہی ہوں اور وہ مسکرا رہے ہیں جب آنکھ کھولی تو تہجد کا وقت تھا۔ میں نے تہجد ادا کی اور نفل شکرانے کے ادا کئے۔ (پوشیدہ)

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

ہو جائے میں اور میرے دوست آپ کی روحانی محفل میں بڑے اہتمام سے شرکت کرتے ہیں اور اللہ تعالیٰ نے روحانی محفل کی برکت سے ہمارے بہت سے جسمانی اور گھریلو مسائل حل فرمائے ہیں اور سب سے بڑھ کر اللہ نے ہمیں اس محفل کی برکت سے روحانی ترقی نصیب کی ہے۔ دعا ہے اللہ تعالیٰ ماہنامہ عبقری کے سارے عملے کو خصوصاً حکیم صاحب کو لمبی عمر عنایت فرمائیں تا کہ وہ انسانیت کی اس عظیم خدمت کو جاری و ساری رکھ سکیں۔ (حکیم محمد عثمان قادری)

اللہ تعالیٰ کی توفیق: اگر تیری کوشش سے کوئی بہتر بات سامنے آئے تو اس کو اللہ تعالیٰ کی توفیق سے سمجھ نہ کہ اپنی کوشش سے

ان خواہشوں میں ہوتے ہیں اکثر فریب

ام ابوذر، بہاولنگر

قیمتی وقت کا حصہ جہنم کی خریداری میں لگا دینا بے شمار مواقع پر دیکھا بے مقصد دوسروں کی غیبت کرنا‘ بدگمانی کرنا‘ شادیوں میں دوسروں کے لباس اور شکل کی نقلیں اتارنا‘ اپنی تعریف میں مسلسل جھوٹ بولتے چلے جانا‘ الزام رکھ کے بات کر دینا‘ خاص طور پر اپنی دیورانیوں اور بہوؤں کو طعنے دینا

شیطان انسان کا ازل سے لیکر ابد تک دشمن ہے‘ یہ میری بات نہیں قرآن کا فیصلہ ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں جگہ جگہ شیطان کے دشمن اور اس کے انسان کو بھٹکانے کا تذکرہ کیا ہے۔ ایک جگہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا ’’اِنَّ الشَّیْطٰنَ لِلْاِنْسَانِ عَدُوٌّ مُّبِیْنٌ‘‘ اللہ جل شانہٗ نے قرآن میں واضح طور پر اعلان فرما دیا کہ شیطان تمہارا کھلم کھلا دشمن ہے۔

یہ اپنا شکاریوں والا جال اٹھائے ہر دروازے پر دستک دیتا ہے اس کا شکار انسان ہیں کسی کو مفلسی سے ڈرا کر فیملی پلاننگ پر مجبور کرتا ہے‘ عریانی اور فحاشی کا بازار سجاتا ہے۔ کہیں پر فاقہ سے ڈرا کر سودی کاروبار کراتا ہے۔ کہیں پر عورت سے اس کی عصمت کا سودا کرواتا ہے ہمارا دنیا میں کوئی بھی دشمن نہیں ہے نہ بھائی‘ نہ بہن‘ نہ عزیز واقارب‘ اللہ رب العزت نے قرآن میں بار بار فرمایا ’’شیطان تمہارا کھلا دشمن ہے اس کی پیروی مت کرنا‘ اس کی اطاعت مت کرنا‘ دائیں بائیں‘ آگے پیچھے نظر ڈالیے جائزہ لیجئے ہم بے خبری میں بغیر کسی محنت کے ابلیس کی پیروی کرتے چلے جا رہے ہیں۔ ہماری خواتین اس کی پیروی میں پیش پیش ہیں۔

خواتین اپنا قیمتی وقت کا حصہ جہنم کی خریداری میں لگا دیتی ہیں بے شمار مواقع پر میں نے دیکھا ہے‘ بے مقصد دوسروں کی غیبت کرنا‘ بدگمانی کرنا‘ شادیوں میں دوسروں کے لباس اور شکل کی نقلیں اتارنا‘ اپنی تعریف میں مسلسل جھوٹ بولتے چلے جانا‘ الزام رکھ کر بات کر دینا‘ خاص طور پر اپنی دیورانیوں اور بہوؤں کو طعنے دینا‘ پھر اپنے شوہروں سے آ کر دوسری خواتین کی راز کی باتیں کرنا‘ غیر محرم کو دیکھ کر ان پر تبصرے کرنا۔ قرآن نے ان خامیوں کو برائیوں کی بنیاد کہا ہے۔ آج ہم اپنی نیکیوں کے اکاؤنٹ کھولتے ہیں بینک کا اکاؤنٹ تو ہر فرد کھولتا ہے لیکن اس میں رقم کا لین دین ہے جتنی رقم جمع کرائیں گے اتنی واپس لیں گے۔ پرانے یا کھوٹے سکے اس میں جمع نہیں کرا سکتے۔

کوئی ڈبہ لیجئے اس پر لکھیں نیکیاں ڈالنے کا اکاؤنٹ۔ استعمال شدہ برتن جو ضرورت سے زائد ہوں وہ کسی ضرورت مند کو دیدیں۔ پرانے لباس ٹرنک میں جمع مت کیجئے بلکہ کسی غریب کو دھو کر استری کر کے پیکٹ بنا کر دیدیں۔ کوئی سوالی دروازے پر سوال کرے گھر میں جو بھی میسر ہو بہتر سے بہتر دیں۔ بس یہ سوچیں کہ میں اپنے رب کو دے رہی ہوں۔ خراب چیز کیسے دے دوں۔ ہر ماہ گھر کے تمام اشیائے خردنی لاتی ہیں اس میں آپ ایک ٹافیوں کا بڑا پیکٹ ضرور خریدیئے۔ اکثر سوالی خواتین دروازے پر آتی ہیں تو ان کے ساتھ بچے بھی ہوتے ہیں وہ مٹھی بھر ٹافیاں ان معصوم بچوں کو دیں۔

پرانے جوتے‘ کوڑے کے ڈھیر پر نہ ڈالیں بلکہ ان کو اچھی پالش کروائیں اگر ٹوٹ گئے ہیں تو مرمت کروا کر ننگے پاؤں لوگوں کو دیدیں۔ اللہ کا ذکر ہر وقت کریں کوشش کریں ایک آیت روزانہ یاد کریں۔ اللہ نے زبان دی ہے اس کا حق بھی تو ادا کرنا ہے اب ذرا دنیا کا جائزہ لیجئے کہ کیا ہمیں کوء پرانے کپڑوں کے عوض یا استعمال شدہ برتنوں کے بدلے‘ یا ٹوٹے ہوئے جوتوں کے بدلے یا چند ٹافیوں کے بدلے میں کوئی ہمیں دنیا میں ایک پلاٹ دیدے گا یا ایک وقت کا کھانا دے کر ہمیں قیام دے گا۔ جبکہ میرا اور آپ کا رب صرف اس کا ذکر کرنے پر جنت میں محل تعمیر کرتا ہے اور ان پرانی چیزوں کے بدلے جنت ہمارے نام الاٹ کر دیتا۔ پتہ ہے کیسا ہے یہ سودا۔ ایک کاپی یا رجسٹر بنایئے تمام دن کا حساب لگایئے کہ کتنی مرتبہ ابلیس آپ کو شکار کرنے آیا آپ اس کے سنہری جال میں نہیں آتیں اور لاحول پڑھی اور اس کی طرف سے منہ پھیر لیا۔ مادی دنیا کو لوٹنے والا نظر آئے تو اس کی حرکتوں پر کڑی نظر رکھی جاتی ہے لیکن ایمان کی دولت پر ڈاکہ ڈالنے والا نظر نہیں آتا اس کی چالیں انتہائی باریک اور زمین دوز ہیں اس کی مکاری اور عیاری کی چالیں اور سازشیں اکثر پکڑ میں نہیں آتیں۔ نیکیوں کے بکس میں پرچیاں ڈالتی رہیں۔ ایک ماہ بعد چیک کریں کہ آخرت کا کچھ سودا ہوا۔ ابلیس کی چالوں سے چوکس رہنے کیلئے اللہ سے تعلق مضبوط کریں۔ حقیر سی نیکی کر کے خوشی محسوس کریں۔ امہات المومنین کے طریقہ زندگی کا مطالعہ کریں جسے ہم اپنے والدین کی اطاعت کرتے چلے آ رہے ہیں خواہ وہ رسم و رواج ہوں یا گھریلو کام ہم کہتے ہیں یہ کام ہم ایسے اس لیے کرتے ہیں کہ ہماری امی یونہی کیا کرتی تھیں۔

یوں تو عبقری میں لکھنے کو بہت کچھ ہے لیکن طویل تحریروں کی اس میں گنجائش نہیں ہوتی آؤ ساتھیو! مل کر ایک ٹیم بنائیں اس کی سہ ماہی محفل رکھیں جس میں ہر ساتھی کے مشورے ہوں اس کو رنگا رنگ تحریروں سے مزین کریں اس کا دواخانہ عام کریں۔ خواتین بہت ذہین ہوتی ہیں یہ وقت بھی نکال لیتی ہیں اور بہترین مشورے دیتی ہیں بس یہ دیکھیے عبقری پرچہ نکالنے کیلئے ہمیں کوئی محنت نہیں کرنی پڑی۔ نہ بنیاد کھودنی پڑی نہ ہاتھ زخمی کرنے پڑے نہ عمارت اٹھانی پڑی‘ نہ چھت ڈالنے کی زحمت ہے‘ تیار شدہ عمارت ہے‘ یہ تو اللہ کا انعام ہے‘ ساری محنت و مشقت تو عبقری بھائی نے خود کی ہے۔

وہ ہمارے دروازے پر دستک دیتے ہیں ہمارے دلوں پر دستک دیتے ہیں۔ ہم اپنے مہمان کی کتنی عزت کرتے ہیں کیا اہم ان کیلئے گھر کے دروازے اور دل کے دروازے نچھاور کرتے ہیں اللہ کی قسم مجھے عبقری دل و جان سے صرف اس لیے عزیز ہے یہ صرف خالص اللہ کا پیغام پوری انسانیت کو دیتا ہے۔ اس میں اب تک جو کچھ لکھا اور انشاء اللہ لکھتی رہوں گی۔ پورے خلوص سے صرف اللہ کی رضا کیلئے اگر پھر بھی بحیثیت انسان میری تحریروں میں کمی کوتاہی ہو تو آگاہی فرمایئے میری خامیوں کو دور کرنے میں میرا ساتھ دیں۔

دعا کی برکت سے مکھیوں سے حفاظت

کالج کے گراؤنڈ کی طرف ایک شہد کی مکھیوں کا بہت بڑا چھتہ بنا ہوا تھا اتفاق سے اسی طرف بچوں کی ٹک شاپ تھی۔ جب بچے بریک کے ٹائم اکٹھے ہوئے تو کسی شرارتی بچے نے شہد کی مکھیوں کے چھتے پر پتھر پھینک دیا جس سے شہد کی مکھیاں بچوں کو کاٹنے لگی بھگدڑ مچ گئی اور بھاگ دوڑ میں بچے زخمی ہو گئے۔ میں وہیں موجود تھی میں نے سب بچوں کو باہر نکالا میرے چاروں طرف شہد کی مکھیاں ہی مکھیاں تھیں مگر ان کو کاٹنے کا حکم نہ تھا۔ کیونکہ میں روزانہ یہ دعا پڑھتی ہوں اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّ نَفْسِیْ وَ مِنْ شَرِّ کُلِّ دَآبَّۃٍ اَنْتَ اٰخِذٌ بِنَاصِیَتِھَا اِنَّ رَبِّیْ عَلٰی صِرَاطٍ مُّسْتَقِیْم۔

(صفورا سلطانہ‘ لالہ موسیٰ)

وزن کم کرنے کیلئے

دوپہر کو کھیرے کی قاشوں پر قدرے نمک بمع سیاہ مرچ پسی ہوئی چھڑک کر پیٹ بھر کر کھالیں اور اسی قدر روٹی کم کھائیں اس سے آہستہ آہستہ وزن کم ہو جاتا ہے۔ شرط یہ ہے کہ یہ عمل چند ماہ مسلسل کریں۔

(ظفر حسین آفریدی‘ امریکہ)

اپنا خون صاف کیجئے: دو تولہ شیشم کے تازہ پتے چند دن پانی میں جوش دے کر پیتے رہیں آپ کے خون کی ہر خرابی دور ہو جائے گی۔